



# हरफन मौलां

लेखक—

चन्द्रराज भण्डारी “विशारद”



प्रकाशक

महावीर ग्रन्थप्रकाश मन्दिर मानपुरा

प्रस्ताव—

महापीर प्रण्यवज्ञाय मन्त्रिर  
मानुसा ( होलकर-राज्य )

भारतीय सम्पत्ता—

और उरापत विभ्यन्यापी-प्रभाय ।

प्राचीन इतिहास पर अत्यंत प्रेम ।

इसके पहले से मान्यता होगा कि प्राचीन

काल में भारतीय सम्पत्ता में, चीन,

जापान, अमेरिका आदि देशों पर कृपा

अत्यंत प्रभाव डाला था । मूल्य ।

मुद्रक—

गणपति कृष्ण गुर्जर

श्रीलक्ष्मीनारायण प्रेस, काशी । २०६३-२५

## भूमिका ।

भारतवर्ष की साधारण जनता अज्ञान के कारण इतनी अधिक पिछड़ी हुई है कि वह खाने, पीने, सोने, उठने, बैठने आदि के साधारण नियमों से भी प्रायः अपरिचित रहती है। जिसके फलस्वरूप-नियम-पूर्वक न रहने के कारण—यह अस्वस्थता और अनेक प्रकार की व्याधियों की निगर हो रही है। इसके अतिरिक्त साधारण व्यवहारशास्त्र, आचार शास्त्र आदि विषयों में भी वह बहुत कम जानकारी रखती है। इसी अज्ञान के कारण रेलवे के तीसरे दर्जे में साधारण जनता पर जो २ अन्धाकार होते हैं उन्हें देर अथवा गुन कर रोंगटे खड़े हो जाने हैं दर्शनशास्त्र, इतिहासशास्त्र और भूगोल आदि से तो वह प्रायः अपरिचित है।

यह पुस्तक इसी उद्देश्य से प्रकाशित की जा रही है कि इसको पढ़ कर भारतवर्ष की साधारण जनता इन सब विषयों के मोटे २ सिद्धान्तों से परिचित हो जाय। इसमें संक्षिप्त रूप से प्रायः इन सब बातों का समावेश कर दिया गया है। इस पुस्तक को पढ़ने से मनुष्य सब तरह के साधारण सिद्धान्तों से परिचित हो जायगा। इसमें लिखी हुई बातें समय पढ़ने पर उसके बहुत काम आयेगी।

हम यहाँ यह निवेदन कर देना चाहते हैं कि यह पुस्तक केवल साधारण जनता के लिए लिखी गई है। यदि कोई राजन इसमें गम्भीर वैज्ञानिक तथ्यों को ढूँढ़ने का प्रयत्न करेगा, या इसमें भारा के गम्भीरत्व की खोज करेगा तो वे अवश्य निराश होंगे।

इस पुस्तक में कई भिन्न भिन्न लेखकों की पुस्तकों से तथा पत्र-पत्रिकाओं से सहायता ली गई है, अतः हम उन सब लेखकों के कृतज्ञ हैं।

# महावीर ग्रन्थ-प्रकाश मन्दिर का पंचम प्रतिमा भारतीय सम्बन्ध

और

## उसका विश्वव्यापी प्रभाव

[ लेखक—श्री मुण्ड सम्प्रतितापमण्डरी ]

यदि आप, भारतवर्ष के प्राचीन गौरव का दिम्पदर्शन करना चाहते हैं।

यदि आप, अपने प्राचीन पूर्वजों के भगाध ज्ञानसागर में गोते लगाना चाहते हैं।

यदि आप, प्राचीन भारत के राजनीतिशास्त्र, समाज शास्त्र, नगर-निर्माण-विद्या, ज्योतिषशास्त्र, लिपिताव, साहित्य, आदि शास्त्रों का परिशीलन करना चाहते हैं तो आज ही एक पोस्टकार्ड डाल कर इस पुस्तक को मँगवाइए।

इसके पढ़ने से आप को मालूम होगा कि किस प्रकार प्राचीन काल में भारतीय सम्बन्ध ने चीन, जापान, कोरिया, अमेरिका, जावा, सुमात्रा आदि देशों में अपना दब्बा बजाया था। छोटे की कलम से लिखी हुई यह पुस्तक आप के सम्मुख वायस्कोप की तरह प्राचीन भारत का सुन्दर चित्र अंकित कर देगी।

मूल्य १।

भगवान् महावीर—भगवान् महावीर का सब से बड़ा, सब से सुन्दर, सब से प्रामाणिक दिव्यग्रन्थ, दिग्गज विद्वानों से प्रशंसित, ऐतिहासिक, मनोवैज्ञानिक, पौराणिक और दार्शनिक सण्डों से संयुक्त, संसार की सब भाषाओं में अपूर्व, सुन्दर, सचित्र और सजिल्द, ४००

मूल्य ४।।

पता—महावीर ग्रन्थ-प्रकाश मन्दिर भानपुरा (H. S.)

# ।वपय-सूचा ।

प्रथम अध्याय

८—४६

आरोग्य

आरोग्यता की आवश्यकता

आरोग्य सम्बन्धी नियम—

पान काल उठना, मरितक सम्बन्धी शिफायतें, स्नान, वायु-  
मेवन और व्यायाम, शलायाम और शारीरिक उन्नति,  
कुछ उपयोगी नियम, अभ्यास, भोजन, भोजन सम्बन्धी  
नियम, जन, जन सम्बन्धी नियम, वायु, निद्रा, निद्रा  
सम्बन्धी नियम,

औषधि शास्त्र—

आयुर्वेद, होमियोपैथिक, होमियोपैथिक,

कुछ भयङ्कर रोग और उनकी चिकित्सा

ज्वर—

ज्वर की आयुर्वेदिक चिकित्सा, ज्वर की होमियोपैथिक चिकित्सा

संग्रहणी

संग्रहणी का आयुर्वेदिक हलाक,

संग्रहणी का होमियोपैथिक हलाक,

प्रमेह और उसकी चिकित्सा

मधुमेह और उसकी चिकित्सा

क्षयरोग और उसकी चिकित्सा

सुजली और उसकी चिकित्सा

श्वेत और उसकी चिकित्सा

विष चिकित्सा—



## पाकशास्त्र

पाकशास्त्र की आवश्यकता, आलू का शाक, मिण्टी का  
शाक, जाम का शाक, कड़ी, रायला, भूंग की दाव का  
हलवा, आलू का हलवा, हरे चने का हलवा, आम की  
बर्फी, सारियन की बर्फी, मोहनभोग की बर्फी, गुनाव-  
जामुन, काँवले का मुरब्बा, आम का मुरब्बा

## सन्तानपालन

बच्चों की कुछ बीमारियाँ और उनका इलाज

## चौथा अध्याय

८३-८७

दर्शनशास्त्र

सांख्यदर्शन

योगदर्शन

वैशेषिकदर्शन

न्यायदर्शन

मीमांसादर्शन

वेदान्तदर्शन

जैनदर्शन

बौद्धदर्शन

आर्षांकदर्शन

पाश्चात्यदर्शन

वैद, हवंत, भेनार, हवगले, भूरे, भर भेनारभेनार

## पाचवाँ अध्याय

८८-१०८

भूगोल

भारत, अरभ्याट, हिन्दुस्तान का भूगोल, विस्तार, वन ३  
भूतिका, भूतिका, भूतिका, भूतिका, भूतिका, भूतिका, भूतिका  
भूतिका, भूतिका, भूतिका, भूतिका, भूतिका, भूतिका, भूतिका



गर्दना विधिगा, शिखरी विधिगा, मूकरी  
विधिगा, मधुमती विधिगा, बोरि विधिगा  
नेरने की विधिगा, मरुकी विधिगा,

कुछ सामान्यारिक भीरधिया

दूसरा अध्याय

भाषार शास्त्र

भाषार क्या है भाषार शास्त्र की व्याख्या

भाषा के आठवर्ग में हानि

भाषार के कुछ साधारण नियम

अक्षिगा, मत्त, अन्तेव, अन्तवर्ण, अन्तर्ग्रह, मत्तवर्णन, कर्त

तीसरा अध्याय

व्यवहार शास्त्र

बेकारों के लिये कुछ उपयोगी बातें

मत्त शुगन्ध मेन, बर्दिया दानवजन, अकं कटूर, मारा

छातुन, क्षात्रोत्तक छातुन, बाज उजाने का मातुन, हिगा-

एक धूर्ण, लवण भास्कर धूर्ण, दिलपमन्द ठण्डारं,

बिजली का तारीज, कपड़े धोने का मातुन, अनेक रोगों

की एक दवा, नमक सुलेमानी, ताम्बूल बिहार, बर्दियां

कलई, गुनाब का शरबत, कान्तिहारक लेव,

ढाक सम्बन्धी नियम

काई, चिह्नी, नुकपोस्ट, पार्सल, रजिस्ट्री, बाया रजिस्ट्री,

मनीआर्डर, तार का मनीआर्डर, बैरदमहसूल, सार्टिफिकेट

वेत्यू पेक्लि, सेविह नैक, तार के नियम

रेलवे सम्बन्धी नियम

माल भेजने के नियम, लगेज और पार्सल का महसूल

## पाकशास्त्र

पायगात्र की आवश्यकता, आलू का शाक, मिण्टी का शाक, जाम का शाक, कड़ी, रायता, मूंग की दाल का हलवा, आलू का हलवा, हरे चने का हलवा, आम की बर्फी, नारियल की बर्फी, मोहनभोल की बर्फी, गुलाब-जामुन, अकिले का मुरब्बा, आम का मुरब्बा

## सन्तानपौलन

बच्चों की बुद्ध बीमारियाँ और चिकित्सा ह्वाज

## चौथा अध्याय

८३-६७

दर्शनशास्त्र

सांख्यदर्शन

योगदर्शन

वैशेषिकदर्शन

न्यायदर्शन

मीमांसादर्शन

वेदान्तदर्शन

जैनदर्शन

बौद्धदर्शन

चार्याकदर्शन

पाश्चात्यदर्शन

कैण्ट, हर्बर्ट स्पेन्सर, हवमले, शूटे, सर ओलिवर लोन्गे

## पाचवाँ अध्याय

६८-१०८

भूगोल

ग्रहण, ज्वरभाटा, हिन्दुस्तान की सीमा, बिलार, बड़ी २ नदियाँ, भीलें, भावहवा, मुख्यपेदावार, सजिज पदार्थ रेनवे, सम्प्रदाय, हिन्दुओं के प्रसिद्ध तीर्थ स्थान, जैनियों

मर्चसि निरिग्या, विन्दूसि निरिग्या, मूषटसि  
निरिग्या, मधुमक्की निरिग्या, बोरिसि निरिग्या  
नेरने की निरिग्या, मरुकी निरिग्या,

कुछ चमत्कारिक औरधियाँ

## दूसरा अध्याय

भाषा शास्त्र

५०-५१

भाषा क्या है ? भाषा शास्त्र की आवश्यकता

भाषा के आइन्वर में हानि

भाषा के कुछ साधारण नियम

अहिता, सत्य, अस्तेय, अग्रनयन, अग्रिमिह, मत्तव्यमन, कथा

## तीसरा अध्याय

व्यवहार शास्त्र

६३-६४

बेकारों के लिये कुछ उपयोगी बातें

महा सुगन्धिल तेल, बड़ियाँ दन्तमश्न, बर्क कपूर, साग  
साउन, कार्बोल्क साउन, बाल उठाने का साउन, हिगा-  
हफ चूर्ण, लवण भास्कर चूर्ण, दिलपमन्द ठण्डार,   
बिगली का ताबीज, कपड़े धोने का साउन, अनेक रोगों  
की एक दवा, नमक हलैमानी, ताम्बूल बिहार, बड़िया  
कलई, गुलाब का शरबत, कान्तिशारक लेप,

डाक सम्बन्धी नियम

कार्ट, चिट्ठी, बुकपोस्ट, पार्सल, रजिस्ट्री, बोमा रजिस्ट्री,  
मनीआर्डर, तार का मनीआर्डर, बैरख महसूल, सार्चिफिकेट  
बेल्यू पेनिल, सेविग्र बैंक, तार के नियम

रेलवे सम्बन्धी नियम

माल भेजने के नियम, सगेज और पार्सल का महसूल

## पाकशास्त्र

पाकशास्त्र की आवश्यकता, अन्न का राक, मिश्री का  
 राक, जाम का राक, कड़ी, रायता, मूंग की दाल का  
 हलवा, अन्न का हलवा, हरे चने का हलवा, आम की  
 कड़ी, नारियल की कड़ी, मोहनभोग की कड़ी, गुनाव-  
 कन्दुन, काँवले का मुरब्बा, आम का मुरब्बा

## सन्तानपान्थन

बच्चे की कुछ बीमारियाँ और उनका इलाज

## चौथा अध्याय

८३-८७

दरशनशास्त्र  
 सांख्यदर्शन  
 योगदर्शन  
 वैशेषिकदर्शन  
 म्यायदर्शन  
 मीमांसादर्शन  
 वेदान्तदर्शन  
 जैनदर्शन  
 बौद्धदर्शन  
 चार्वाकदर्शन  
 पाश्चात्यदर्शन

वैजय, हर्षदेव, हकमते, शूरे, सर मोलिवरसोत्र

## पाचवाँ अध्याय

८८-१०८

भूगोल

देशगान की सामा, किलार, बड़ी २  
 मुख्यपैदावार, रानिज फसल  
 २. प्रमुख खोब रफ्त, जेनियों

के प्रसिद्ध तीर्थ स्थान, करने पुनर्ने के कारगाने, प्रसिद्ध  
रिने, बुद्ध प्रसिद्ध राहुर और उनको प्रसिद्धि,

छठवाँ अध्याय

१०६

इतिहास की भावश्यकता

भारतीय इतिहास का अध्ययन

सातवाँ अध्याय

१२१-१

समाजदर्शन

समाज की स्थिति, हिन्दू संगठन, सुभाषचन्द्र का प्रभु,  
पात पात का सिद्धा, विश्वासों का प्रभु, धारप्रभु,

आठवाँ अध्याय

१३१-३

आज कल के कुछ नये २ आविष्कार

धुमा उगाने वाला पिल्लो, मच बुलाने वाली औरि,  
रेडियो, बिजली का म्हाइ, भोजन बनाने की मराने,  
धूलमच्छक गाड़ी, चलता हुआ रास्ता, जल धन की गाड़ी,  
कृत्रिम वर्षा का संय,

नौवाँ अध्याय

निखरे हुए मोल

दसवाँ अध्याय

हिन्दी की सौ उत्तमोत्तम पुस्तकें ।

ग्यारहवाँ अध्याय

काव्य वाटिका



# हरफन मौला

## प्रथम अध्याय

### आरोग्यता की आवश्यकता

धर्मार्थ काम मोक्षाणामारोग्यं मृतं वागम्यम्

दुमाज का लुण, उगबी शान्ति, उगबी स्वाधीनता और उगबी सुन्दर संगठन उगी हालत में समाज हो सकता है कि उगबे, गदगय, उगबे, कस्तमौन रहने वाले इतिहास, लुट्ट और स्वयं ही। जिस समाज के इतिहास को ही में बल नहीं, गुणगुण पर लेज नहीं, और कानून में। नहीं उग समाज के लुण और शान्ति की वला कि म प्रकार होती है। स्वाधीनता इति और हीमों की कलुमादिली है। लव. समाज गान्धिव. और शारीरिक स्वाधीनता के लान निनिष और कान्तिव स्वाधीनता लवान्त कस्तमौन है।

जीवनापर निगद टानने  
को सन्तानों पर हन्दि

पात करते हैं तब हमें घोर निराशा के सागर में गोते लगाने पड़ता है। उनके चेहरे पर छारें छारें सामायिक मुर्खनी, उनकी लटकती हुई निर्जीव भुजाएँ, उनका मुका हुआ अस्थि पित्र, और उनके घड़न पर छारें छारें कालिमा को खूबकर आन्ना कांप उठती है। हाय ईश ! ये दो लोग भारत पर्य को आज़ाद करने वाली सेना के सैनिक हैं—ये ही स्वाधीनता के युद्ध के सुमट हैं।

इसका मूल कारण क्या है? कई मनोनीत विद्वान इस दुर्वशा का सारा भार हमारी राजनैतिक गुलाबी पर मढ़कर निश्चिन्त हो जाते हैं। कहते हैं कि तौन पैसे प्रतिदिन को आमर्षी घाले व्यक्तियों की यदि यह दशा हो जाय तो क्या आश्चर्य? अथवा हम भी हमारे मनोनीत विद्वानों के दिये हुए इस कारण को कई अंशों में स्वीकार करते हैं। पर इसके साथ ही हम यह भी कहेंगे कि एक मात्र इसी कारण से हम लोगों की ऐसी शोचनीय स्थिति नहीं हो सकती। जिन लोगों को पेट भर भोजन नहीं मिलता केवल उन्हीं की यदि ऐसी स्थिति हो तो तो अवश्य यह कारण माननीय होता पर हम देखते हैं कि दोनों बार साजे माल, फल, फूल और एकवान खाकर, मुख शय्यापर लेट लगाने वाले कोट्याधीशों और लक्ष्याधीशों की भी यही हालत है, कोई दिन ऐसा नहीं जाता जिस दिन उनका फेमिली डाकुर उनके यहाँ न आता हो। ऐसी हालत में कहना पड़ेगा कि इसके गर्भ में और भी कई कारण सम्मिलित हैं। हमारी नाकिस राय में इस मर्ज के मूल कारण दो हैं। पहला सामाजिक और दूसरा व्यक्तिगत। जो समाज आठ २ वर्ष के बालकों का विवाह करने की व्यवस्था देता है। जो समाज आठ २ वर्ष के बालकों के साथ बा

कन्याओं का विवाह करने से नहीं हिचकिचाता तथा जा समाज "नित्य को स्वर्ग नहीं हो सकता" इस प्रकार की ध्य-  
यमा देकर प्रत्येक व्यक्ति को ब्रह्मचर्य-खण्डन के लिये मजबूर  
करना है, उस समाज के सदस्य यदि ऐसी स्थिति में हों तो  
क्या आश्चर्य ?

इस स्थिति का दूसरा कारण हमारा व्यक्तिगत जीवन है।  
प्रकृति ने मनुष्य के लिए कई ऐसे नियम बना दिये हैं जिनका  
पालन गरीब और अमीर स्त्री और पुरुष सब कोई कर सकते  
हैं। प्रकृतिगत स्वास्थ्य के ऊपर केवल अमीरों का ही अधिकार  
नहीं है। उनका पालन गरीब से गरीब व्यक्ति भी कर सकता है  
और स्वस्थ, सुन्दर तथा सुदृढ़ रह सकता है। पर हम प्रमाद  
पश होकर उन नियमों को उपेक्षा करते हैं और उपेक्षा करने से  
जब हम बीमार होते हैं। तब उस बीमारी को दूर करने के  
लिए मूर्ख धैर्यों को बनाई हुई अण्ड बण्ड औषधियाँ खाकर  
सारे जीवन को बरबाद कर डालते हैं।

हम यहाँ यह धतला देना चाहते हैं कि केवल आशुधियों से  
कभी भी उत्तम स्वास्थ्य की प्राप्ति नहीं हो सकती। झूठे हैं वे  
लोग जो केवल औषधियों के द्वारा मनुष्य को स्वस्थ करने  
का ढिंढोरा पीटते हैं ऐसे लोगों के जाल में पड़कर नित्य  
प्रति सैकड़ों लोग अपने जीवन को बरबादी के साँचे में डालते  
जा रहे हैं। औषधियाँ मनुष्य शरीर में से एक विकार को  
निकाल कर दूसरे विकार को उत्पन्न करती हैं ❀। अतएव जो  
मनुष्य अपना जीवन स्वाभाविक बनाना चाहते हैं उन्हें जहाँ

---

❀ इस विषय के विस्तृत ज्ञान के लिए होमियोपैथी के आवि-  
ष्कारक डा॰ हानिमान और कई कूने के ग्रन्थ पढ़ना चाहिए।



## हरफ़न मौला

तक हो सके औपधियों से बचना चाहिए और को नियमित बनाकर उत्तम स्वास्थ्य को प्राप्त करना। नीचे हम उन चन्द नियमों को लिखते हैं जिन्हें आचरण करने से मनुष्य दीर्घायु, स्वस्थ और सक्रिय हो सकता है।

### आरोग्य सम्बन्धी नियम

#### प्रातःकाल उठना

जो लोग शरीर को स्वस्थ, और मस्तिष्क को सक्रिय रखना चाहते हैं उन्हें प्रातःकाल चार बजे आराम भंग करने का अभ्यास डालना इस समय की वायु बढ़ती होती है। इस वायु के सेवन से चित्त प्रफुल्लित रहता है। मस्तिष्क ताजा होता है। यदि किसी को दस्त आये हो-कब्जियत रहती हो, चित्त में प्रमाद और शरीर थका हुआ हो तो उसे उठते ही कुत्ता करके एक गिला पानी पी लेना चाहिए और जल पीकर दस्त फिर से लेट जाना चाहिए। इस क्रिया से अवस्था आता है और चित्त प्रफुल्लित रहता है। यह क्रिया तब तक बहुत मामूली नज़र आती है पर वास्तव में इसकी है।

#### मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायतें

यदि किसी को पीनस, भूमी, चित्तभ्रम तथा प्रकार की मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायतें हों तो उसे प्रातःकाल चार बजे उठने ही आना हुआ ठण्डा पानी पीने का अभ्यास करे। धीरे-धीरे यह क्रिया बहुत सहज हो जाती है। इसके

बहुत सावधानी से काम लेना चाहिये। अभ्यास हुए के पश्चात् तो इस क्रिया में थड़ा आनन्द आता है। इस क्रिया को हमारे शास्त्रों में बहुत प्रशंसा की गई है। मस्तिष्क सभ्यन्धी रोगों का यह अच्छूक इलाज है। पर यदि इसमें सावधानी से काम न लिया गया और पानी मस्तिष्क में चढ़ गया तो बहुत हानि होने की सम्भावना है।

### स्नान

जाग्रत होने के कुछ भिन्न-भिन्न के पश्चात् मनुष्य को शौच्यादि गर्भ से निवृत्त होना चाहिये। हमारी राय में तो यदि यह निवृत्ति जङ्गल या मैदान में की जाय तो बहुत अच्छा है। पर जो लोग ऐसा नहीं कर सकते उन्हें चाहिये कि वे अपने घर की छतियों को हवादार, साफ, और सुखरा रखें, हर चौथे दिन उनमें फिनाइल डलवा दिया करें। छतियाँ गन्दी रहने से कई प्रकार के कोटाणु उनमें उत्पन्न हो जाते हैं जिससे कई बीमारियाँ फैलती हैं।

शौच्यादि से निवृत्त होकर दन्तुघन करे। दन्तुघन नोम या घुल की लकड़ी से करना चाहिये। उसके पश्चात् यदि सुभीता हो तो तिलों के तेल का मालिश भी करवा लिया जाय। मालिश करने से शरीर का चमड़ा नर्म और चिकना हो जाता है। शरीर हलका और फुर्तीला रहता है, दाढ़, खाज, खुजली, फोड़े, फुन्सी, आदि चर्म रोग नहीं होते। पर जिन लोगों को प्रति दिन मालिश का सुभीता न हो उन्हें चाहिये कि वे आठ दिन में मालिश कर लिया करें।

मालिश के पश्चात् स्नान करना आवश्यक है। जो नित्य मालिश करवायें उन्हें गर्म जल से साबुन लगाकर स्नान करना चाहिये। शेष लोगों को ठण्डे ताजे पानी से स्नान करना चाहिये।

तक हो सके औपधियों से बचना चाहिए औ  
को नियमित बनाकर उत्तम स्वास्थ्य को प्राप्त व  
नीचे हम उन चन्द नियमों को लिखते हैं  
आचरण करने से मनुष्य दीर्घायु, स्वस्थ  
सकता है।

### आरोग्य सम्बन्धी नियम

#### प्रातःकाल उठना

जो लोग शरीर को स्वस्थ, और मस्तिष्क व  
चाहते हैं उन्हें प्रातःकाल चार घंटे ब्राह्म मू  
उठने का अभ्यास डालना इस समय की वायु  
होती है। इस वायु के सेवन से चित्त प्रफुल्लित।  
मस्तिष्क ताजा होता है। यदि किसी को दस्त  
हो-कम्पिजयत रहती हो, चित्त में प्रमाद और श  
रहता होतो उसे उठते ही कुत्ता करके एक मि  
छान कर पी लेना चाहिए और जल पीकर  
फिर से लेट जाना चाहिए। इस क्रिया से अ  
आता है और चित्त प्रफुल्लित रहता है। यह  
तया बहुत मामूली नज़र आती है पर वास्त  
की है।

#### मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायतें

यदि किसी को पीनस, भृगी, चित्तभ्रम त  
प्रकार की मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायतें हों तो  
प्रातःकाल चार घंटे उठते ही छाना हुआ ठण्ड  
नाक की ओर से पीने का अभ्यास करे। धीरे-  
से यह क्रिया बहुत सहज हो जाती है। यह

बहुत सावधानी से काम लेना चाहिए। अभ्यास दूर के पश्चान् तो इस क्रिया में बड़ा आनन्द आता है। इस क्रिया की हमारे शास्त्रों में बहुत प्रशंसा की गई है। मस्तिष्क सम्बन्धी रोगों का यह अचूक इलाज है। पर यदि इसमें सावधानी से काम न लिया गया और पानी मस्तिष्क में चढ़ गया तो बहुत हानि होने की सम्भावना है।

### स्नान

जाग्रत होने के कुछ भिन्न-भिन्न के पश्चात् मनुष्य को शौच्यादि धर्म से निवृत्त होना चाहिए। हमारी राय में तो यदि यह निवृत्ति जङ्गल या मैदान में की जाय तो बहुत अच्छा है। पर जो लोग ऐसा नहीं कर सकते उन्हें चाहिए कि वे अपने घर की बहियों को हवादार, साफ़, और सुखरों रखें, हर चौधे दिन उनमें फिनाइल छलवा दिया करें। टट्टियों गन्दी रहने से कई प्रकार के बीटाएँ उनमें उत्पन्न हो जाते हैं जिससे कई बीमारियाँ फैलती हैं।

शौच्यादि से निवृत्त होकर द्वायन करे। द्वायन नोम या घुल की लकड़ी से करना चाहिए। उसके पश्चात् यदि सुभीता हो तो तिलों के तेल का मालिश भी करवा लिया जाय। मालिश करने से शरीर का चमड़ा नर्म और चिकना हो जाता है। शरीर हलका और पुर्नोला रहता है, दाढ़, ज़ाज़, गुजलों, फोड़े, पुन्सी, आदि धर्म रोग नहीं होते। पर जिन लोगों को प्रति दिन मालिश का सुभीता न हो उन्हें चाहिए कि वे आठ दिन में मालिश कर लिया करें।

मालिश के पश्चात् स्नान करना आवश्यक है। जो निम्न मालिश करवावे उन्हें गर्म जल से साधुन लगाकर स्नान करना चाहिए। शरीर लोगों को ठण्डे ताजे पानी से स्नान करना चाहिए

तक हो मकें शीतलियों में बसना चाहिए और अग्न्यादिप ।  
को नियमित बनाकर उत्तम स्वास्थ्य का प्राप्त करना । अनुसार  
मीने हम उन चम्प नियमों को लिखने हैं जिनसे सुदृढ़ हो  
आचरण करने से मनुष्य दीर्घायु, स्वस्थ और  
सकना है ।

### आरोग्य सम्बन्धी नियम

#### प्रातःकाल उठना

आ रखना

जो लोग शरीर को स्वस्थ, और मस्तिष्क को ता अन्तर्गत  
चाहते हैं उन्हें प्रातःकाल चार बजे प्रातः मूर्च्छ के स्थित्यकर  
उठने का अभ्यास डालना इस समय की वायु बहुत ग्रीष्म और  
होती है । इस वायु के सेवन से चित्त प्रफुल्लित बुद्धि नहीं होता  
मस्तिष्क ताजा होता है । यदि किसी को दस्त साफ़ न मारीपन  
हो-कम्पियत रहती हो, चित्त में प्रमाद और शरीर में ठण्डा जल  
रहता हो तो उसे उठते ही कुशा करके एक गिलास (ब मिनिट  
छान कर पी लेना चाहिए और जल पीकर दस्त पदस्त साफ़  
फिर से लेट जाना चाहिए । इस क्रिया से अचक्षुः साधारण  
आता है और चित्त प्रफुल्लित रहता है । यह क्रिया बहुत मां  
तया बहुत मामूली नज़र आती है पर वास्तव में  
की है ।

#### मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायतें

हूँ भी इसी

यदि किसी को पीनस, मृगी, चित्तभ्रम तथा और चाहिए कि  
प्रकार की मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायतें हों तो उसे रूलेकर उसे  
प्रातःकाल चार बजे उठते ही छाना हुआ ठण्डा जल इस घड़ाने  
नाक की ओर से पीने का अभ्यास करे । धीरे-धीरे अभ्य क्रिया में  
से यह क्रिया बहुत सहज हो जाती है । पहले इस

बहुत सावधानी से काम लेना चाहिए। अग्न्यास दुर के पश्चात् तो इस क्रिया में बड़ा आनन्द आता है। इस क्रिया की हमारे शास्त्रों में बहुत प्रशंसा की गई है। मस्तिष्क सम्बन्धी रोगों का यह अचूक इलाज है। पर यदि इसमें सावधानी से काम न लिया गया और पानी मस्तिष्क में चढ़ गया तो बहुत हानि होने की सम्भावना है।

### स्नान

जाग्रत होने के कुछ भिन्न-भिन्न के पश्चात् मनुष्य को शौच्यादि कर्म से निवृत्त होना चाहिए। हमारी राय में तो यदि यह निवृत्ति जङ्गल या मैदान में की जाय तो बहुत अच्छा है। पर जो लोग ऐसा नहीं कर सकते उन्हें चाहिए कि वे अपने घर की बट्टियों को हवादार, साफ, और सुखरा रखें, हर चौथे दिन उनमें फिनाइल डलवा दिया करें। टट्टियों गन्दी रहने से कई प्रकार के कोटारु उनमें उत्पन्न हो जाते हैं जिससे कई बीमारियाँ फैलती हैं।

शौच्यादि से निवृत्त होकर दंतुषन करे। दंतुषन नीम या बबुल की लकड़ी से करना चाहिए। उसके पश्चात् यदि सुभीता हो तो तिल्ली के तेल का मालिश भी करवा लिया जाय। मालिश करने से शरीर का चमड़ा नर्म और चिकना हो जाता है। शरीर हलका और फुर्तीला रहता है, दाद, खाज, खुजली, फोड़े, फुन्सी, आदि चर्म रोग नहीं होते। पर जिन लोगों को प्रति दिन मालिश का सुमोता न हो उन्हें चाहिए कि वे आठ दिन में मालिश कर लिया करें।

मालिश के पश्चात् स्नान करना आवश्यक है। जो नित्य मालिश करवावे उन्हें गर्म जल से साबुन लगाकर स्नान करना चाहिए। शेष लोगों को ठण्डे ताजे पानी से स्नान करना चाहिए।

तक हो सकें औपधियों से बचना चाहिए और अपने जीवन को नियमित बनाकर उत्तम स्वास्थ्य का प्राप्त करना चाहिए। नीचे हम उन चन्द्र नियमों को लिखते हैं जो उनके अनुसार आचरण करने से मनुष्य दीर्घायु, स्वस्थ और सुखी हो सकता है।

### आरोग्य सम्बन्धी नियम

#### प्रातःकाल उठना

जो लोग शरीर को स्वस्थ, और मस्तिष्क को ताजा रखना चाहते हैं उन्हें प्रातःकाल चार बजे प्रातः मृदु के अन्तर्गत उठने का अभ्यास डालना इस समय की वायु बहुत स्वस्थकर होती है। इस वायु के सेवन से चित्त प्रफुल्लित और चित्त दीर्घ और मस्तिष्क ताजा होता है। यदि किसी को दस्त या अफ नही होता हो-कम्पिजयत रहती हो, चित्त में प्रमाद और शरीर में भारीपन रहता हो तो उसे उठते ही कुत्ता करके एक गिलास ठण्डा जल पान कर पी लेना चाहिए और जल पीकर दस्त पांच मिनिट फिर से लेंड जाना चाहिए। इस क्रिया से अफ दस्त साफ आता है और चित्त प्रफुल्लित रहता है। यह क्रिया साधारण तथा बहुत मामूली नज़र आती है पर वास्तव में बहुत मार्फ की है।

#### मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायतें

यदि किसी को पीनस, मृगी, चित्तभ्रम तथा और भी इसी प्रकार की मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायतें हों तो उसे चाहिए कि प्रातःकाल चार बजे उठते ही धाना हुआ ठण्डा जल लेकर उसे नाक की ओर से पीने का अभ्यास करे। धीरे-धीरे अभ्यास बढ़ाने से यह क्रिया बहुत सहज हो जाती है। पहर इस क्रिया में

घटुत सावधानी से काम लेना चाहिए। अभ्यास दूर के पश्चात् तो इस क्रिया में बड़ा आनन्द आता है। इस क्रिया को हमारे शास्त्रों में बहुत प्रशंसा की गई है। मस्तिष्क सम्बन्धी रोगों का यह अच्छूक इलाज है। पर यदि इसमें सावधानी से काम न लिया गया और पानी मस्तिष्क में चढ़ गया तो बहुत हानि होने की सम्भावना है।

### स्नान

जागृत होने के कुछ भिन्नों के पश्चात् मनुष्य को शौच्यादि कर्म से निवृत्त होना चाहिए। हमारी राय में तो यदि यह निवृत्ति जङ्गल या मैदान में की जाय तो बहुत अच्छा है। पर जो लोग ऐसा नहीं कर सकते उन्हें चाहिए कि वे अपने घर की बहियों को हवादार, साफ, और सुखरो रखें, हर चौथे दिन उनमें फिनाइल डलवा दिया करें। टट्टियें गन्दी रहने से कई प्रकार के कीटाणु उनमें उत्पन्न हो जाते हैं जिससे कई बीमारियाँ फैलती हैं।

शौच्यादि से निवृत्त होकर दंतुधन करे। दंतुधन नीम या यबुल की लकड़ी से करना चाहिए। उसके पश्चात् यदि सुभीता हो तो तिन्नी के तेल का मालिश भी करवा लिया जाय। मालिश करने से शरीर का चमड़ा नर्म और चिकना हो जाता है। शरीर हलका और फुर्तीला रहता है, दाद, खाज, खुजली, फोड़े, फुन्सी, आदि घर्म रोग नहीं होते। पर जिन लोगों को प्रति दिन मालिश का सुभोता न हो उन्हें चाहिए कि वे आठ दिन में मालिश कर लिया करें।

मालिश के पश्चात् स्नान करना आवश्यक है। जो नित्य मालिश करवावें उन्हें गर्म जल से साबुन लगाकर स्नान करना चाहिए। शेष लोगों को ठण्डे ताजे पानी से स्नान करना चाहिए।



तक हो उनके औषधियों से चचना आदि और अपने जीवन को नियमित बनाकर उत्तम स्वास्थ्य को प्राप्त करने चाहिए। नीचे हम उन चन्द नियमों को लिखते हैं जिनके अनुसार आचरण करने से मनुष्य दीर्घायु, स्वस्थ और सुखी हो सकता है।

### आरोग्य सम्बन्धी नियम

#### प्रातःकाल उठना

जो लोग शरीर को स्वस्थ, और मस्तिष्क को ताजा रखना चाहते हैं उन्हें प्रातःकाल चार बजे प्राण मूहर्त के अन्तर्गत उठने का अभ्यास डालना इस समय की वायु बहुत स्वस्थकर होती है। इस वायु के सेवन से चित्त प्रफुल्लित हुई तीव्र और मस्तिष्क ताजा होता है। यदि किसी को दस्त आए नहीं होता हो-कब्जियत रहती हो, चित्त में प्रमाद और शरीर में भारीपन रहता हो तो उसे उठते ही कुत्ता करके एक गिलास ठण्डा जल ध्यान कर पी लेना चाहिए और जल पाँच पाँच मिनिट फिर से लेंद जाना चाहिए। इस क्रिया से अचर दस्त साफ आता है और चित्त प्रफुल्लित रहता है। यह क्रिया साधारण तथा बहुत मामूली नज़र आती है पर वास्तव में बहुत मार्फ की है।

#### मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायतें

यदि किसी को पीनस, मृगी, चित्तभ्रम तथा और भी इसी प्रकार की मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायतें हों तो उसे चाहिए कि प्रातःकाल चार बजे उठते ही धाना हुआ ठण्डा जल लेकर उसे नाक की ओर से पीने का अभ्यास करे। धीरे-धीरे अभ्यास बढ़ाने से यह क्रिया बहुत सहज हो जाती है। पहले इस क्रिया में

बहुत सावधानी से काम लेना चाहिए। अम्बास हुए के पध्यान् तो इस क्रिया में बड़ा आनन्द आता है। इस क्रिया को हमारे शास्त्रों में बहुत प्रशंसा की गई है। मस्तिष्क सम्बन्धी रोगों का यह अच्छा इलाज है। पर यदि इसमें सावधानी से काम न लिया गया और पानी मस्तिष्क में चढ़ गया तो बहुत हानि होने की सम्भावना है।

### स्नान

जागृत होने के कुछ भिन्न-भिन्न के पध्यान् मनुष्य को शौचपादि फर्म से निवृत्त होना चाहिए। हमारी राय में तो यदि यह निवृत्ति जहल या मैदान में की जाय तो बहुत अच्छा है। पर जो लोग ऐसा नहीं कर सकते उन्हें चाहिए कि वे अपने घर की बट्टियों को दयादार, साफ, और सुवर्ण रखें, हर चौधे दिन उनमें फिनाइल डलवा दिया करें। बट्टियाँ गन्दी रहने से कई प्रकार के कीटाणु उनमें उत्पन्न हो जाते हैं जिससे कई बीमारियाँ फैलती हैं।

शौचपादि से निवृत्त होकर दनुषन करे। दनुषन नीम या बबुल की लकड़ी से करना चाहिए। उसके पध्यान् यदि सुभीता हो तो तिली के तेल का मालिश भी करवा लिया जाय। मालिश करने से शरीर का घमड़ा नर्म और चिकना हो जाता है। शरीर हलका और पुर्नोला रहता है, दाढ़, खज, खुजली, फोड़े, फुन्सी, आदि घर्म रोग नहीं होते। पर जिन लोगों को प्रति दिन मालिश का सुभीता न हो उन्हें चाहिए कि वे आठ दिन में मालिश कर लिया करें।

मालिश के पध्यान् ध्यान करना आवश्यक है। जो निम्न मालिश करवायें उन्हें गर्म जल से साधुन लगाकर ध्यान करना चाहिए। शेष लोगों को ठण्डे ताजे पानी से ध्यान करना चाहिए।

तक हो सके औषधियों से बचना चाहिए और अपने जीवन को नियमित बनाकर उत्तम स्वास्थ्य को प्राप्त करना चाहिए।

नीचे हम उन चन्द नियमों को लिखते हैं जिनके अनुसार आचरण करने से मनुष्य दीर्घायु, स्वस्थ और मृदु हो सकता है।

### आरोग्य सम्बन्धी नियम

#### प्रातःकाल उठना

जो लोग शरीर को स्वस्थ, और मस्तिष्क को ताजा रखना चाहते हैं उन्हें प्रातःकाल चार घंजे ब्राह्म मूर्धन के अन्तर्गत उठने का अभ्यास डालना इस समय की वायु बहुत स्वस्थकर होती है। इस वायु के सेवन से चित्त प्रफुल्लित बुद्धि तीक्ष्ण और मस्तिष्क ताजा होता है। यदि किसी को वस्त्र साफ नहीं होता हो-कमजियत रहती हो, चित्त में प्रमाद और शरीर में भारीपन रहता हो तो उसे उठते ही कुल्ला करके एक गिलास ठण्डा जल छान कर पी लेना चाहिए और जल पाँकर दस पाँच मिनिट फिर से लेट जाना चाहिए। इस क्रिया से अवश्य वस्त्र साफ आता है और चित्त प्रफुल्लित रहता है। यह क्रिया साधारणतया बहुत मामूली नज़र आती है पर वास्तव में बहुत मार्फ की है।

#### मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायतें

यदि किसी को पीनस, मृगी, चित्तभ्रम तथा और भी इसी प्रकार की मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायतें हों तो उसे चाहिए कि प्रातःकाल चार घंजे उठते ही छाना हुआ ठण्डा जल लेकर उसे नाक की ओर से पीने का अभ्यास करे। धीरे-२ अभ्यास बढ़ाने से यह क्रिया बहुत सहज हो जाती है। पहले इस क्रिया में

बहुत सावधानी से काम लेना चाहिए। अम्ब्रास ड्रप के पञ्चान् तो इस क्रिया में बड़ा आनन्द आता है। इस क्रिया की हमारे शास्त्रों में बहुत प्रशंसा की गई है। मस्तिष्क सम्बन्धी रोगों का यह अचूक इलाज है। पर यदि इसमें सावधानी से काम न लिया गया और पानी मस्तिष्क में चढ़ गया तो बहुत हानि होने की सम्भावना है।

### स्नान

जागृत होने के कुछ भिन्नों के पञ्चान् मनुष्य को शौचयादि धर्म से निवृत्त होना चाहिए। हमारी राय में तो यदि यह निवृत्ति जहल या मैदान में की जाय तो बहुत अच्छा है। पर जो लोग ऐसा नहीं कर सकते उन्हें चाहिए कि ये अपने घर की बट्टियों को हवादार, साफ़, और सुखरा रखें, हर चौधे दिन उनमें फिनाइल डलवा दिया करें। टट्टियों गन्दी रहने से कई प्रकार के बीमारु उनमें उत्पन्न हो जाते हैं जिससे कई बीमारियाँ फैलती हैं।

शौचयादि से निवृत्त होकर दनुषन करें। दनुषन नीम या बबुल की लकड़ी से करना चाहिए। उसके पञ्चान् यदि सुभीता हो तो तिहो के तेल का मालिश भी करवा लिया जाय। मालिश करने से शरीर का घमड़ा नर्म और बिबना हो जाता है। शरीर हलका और पुर्नोत्ता रहता है, दाढ़, खाज, गुजली, फोड़े, फुन्सी, आदि धर्म रोग नहीं होते। पर जिन लोगों को प्रति दिन मालिश का सुभीता न हो उन्हें चाहिए कि ये आठ दिन में मालिश कर लिया करें।

मालिश के पञ्चान् ध्यान करना आवश्यक है। जो निम्न मालिश करपावें उन्हें गर्म जल से साबुन लगाकर ध्यान करना चाहिए। शेष लोगों को ठण्डे ताजे पानी से ध्यान करना चाहिए।

मालिश पालों को भी सिर तो ठण्डे जल ही से धोना चाहिए। स्नान करना मनुष्य शरीर की शुद्धि के लिए एक अत्यन्त आवश्यक बात है। इससे पसीने और मैल से रुके हुए शरीर के छिद्र खुल जाते हैं—रक्त की गति स्वाभाविक हो जाती है। सुस्ती और प्रमाद का नाश होकर चित्त प्रसन्न होता है। जठराग्नि प्रयत्न होती है। और सब रोगों का नाश होता है। हमारे प्राचीन ऋषियों ने तो इसीलिए स्नान को धार्मिक जीवन का एक अङ्ग बना दिया है।

स्नान रहे स्नान प्रातःकाल के समय ही में करना चाहिए। सर्दियों में गर्म जल से और गर्मियों में ठण्डे जल से करना चाहिए। गर्मियों में सन्ध्याकाल को भी स्नान करना आवश्यक है।

कसरत करके, भोजन करके, स्नान प्रसन्न करके, जुलावा लेकर स्नान करना हानिकारक है।

### वायु सेवन और व्यायाम

स्नानादि कार्य से मनुष्य को पाँच साढ़े पाँच घंटे तक निवृत्त हो जाना चाहिए। उसके पश्चात् उसे शहर से बाहर शुद्ध वायु में वायु सेवन के निमित्त जाना आवश्यक है। वायु सेवन के लिए कम से कम दो मील और अधिक से अधिक चार मील तक जाना चाहिए। जिस स्थान पर सूर्य बाहर निकले वहाँ पर बैठ कर उसे अपनी छाती पर सूर्य की किरणें लेना चाहिए। प्रातःकालीन सूर्य की किरणें अमृत के तुल्य होती हैं। इन किरणों से मनुष्य को कई प्रकार की व्याधियाँ नष्ट होती हैं। सूर्य स्नान की प्रशंसा आधुनिक यूरोपीय विद्वानों ने मुक्तकण्ठ से की है। इसी समय पञ्चासन लगा कर, सूर्य

के सम्मुख मुख करके सन्ध्यादि कर्म से निवृत्त हो जाना चाहिए। इस कर्म से मनुष्य को प्राणायाम का अभ्यास करना चाहिए। प्राणायाम श्वासावरोध को कहते हैं। धीरे २ खूब लम्बा श्वास र्छाँचना चाहिए। र्छाँच करके जबतक सुभीते पूर्वक उसे रोक सके तब तक उसे रोकना चाहिए। और उसके पश्चात् धीरे २ उसे छोड़ना चाहिए। यह श्वास रोकने की शक्ति जितनी ही अधिक बढ़ेगी उससे उतना ही अधिक लाभ होगा। जिस स्थान पर जाकर पेलोपैथी, होमियोपैथी, हाइड्रो-पैथी आदि सभी पैथियों अपने पंजें टेक देती हैं उन भयङ्कर स्थानों में यह क्रिया अपना चमत्कार दिखाती है। यह प्राणायाम ही योग का मूलतत्त्व है।

इन क्रिया के पश्चात् मनुष्य को व्यायाम करना चाहिए। शरीर को बलिष्ठ और सुदील बनाए रखने के लिए व्यायाम से बढ़कर कोई दूसरी वस्तु नहीं है। यों तो दल धीर्य बढ़ाने वाले पृथ्वी पर कई पदार्थ हैं परन्तु बिना व्यायाम के इन पदार्थों के खाने से कुछ भी लाभ नहीं होता। कई अमीर लोग द्रविया २ तर चीज़ें खाते हैं पर व्यायाम नहीं करते, जिसके परिणाम स्वरूप उनका शरीर देहङ्का और धल धल हो जाता है। ताकत का उनमें लेह भी नहीं रहता। यहाँ तक की उनको आवश्यक लेना और इस बहम चलना भी बटिन हो जाता है। साधारण रूप भोजन करने वाला मनुष्य भी उनको पछाड़ सकता है इससे सिद्ध होता है कि उत्तम भोजन उसी हालत में लाभदायक हो सकता है जिस हालत में उसके साथ व्यायाम भी किया जाय।

व्यायाम करने से शरीर में दलबाधन, सुन्दरता और सुदीलता आती है। जटराग्नि प्रबल होती है, घेरा गुलाब

के फूल की तरह खिल उठता है। स्थूलता या वेदहापन नाश करने में इसके बराबर दूसरा कोई उपाय नहीं। नियमित कसरत करने वाला मनुष्य कई मयदूर व्याधियों के पखे से मुक्त रहता है।

व्यायाम कई प्रकार का होता है। दण्ड, बैठक, मुद्रा, घुमाना, दौड़ना आदि कई व्यायाम ऐसे हैं जिनको प्रायः सब लोग जानते हैं। इस प्रकार के अभ्यासों से शरीर पुष्ट और सुन्दर होता है पर आज कल कुछ व्यायाम इस प्रकार के निकले हैं जो शारीरिक और मानसिक दोनों ही प्रकार की स्वस्थता प्रदान करने वाले हैं। इस प्रकार के अभ्यासों से हमने थोड़े ही दिनों में आश्चर्यजनक लाभ होते हुए देखा है। ये व्यायाम प्राणायाम से बहुत अधिक सम्बन्ध रखते हैं। हमने ऊपर भी प्राणायाम का उल्लेख किया है। यहाँ हम पाठकों के लिये इस विषय पर कुछ विस्तृत विवेचन करना चाहते हैं हमारा विश्वास है कि यदि पाठक इस प्रकार की पद्धतियों में किसी को अजमावेंगे, तो आश्चर्यकारक चमत्कार उभरती होगी।

### प्राणायाम और शारीरिक उन्नति

हमारे कई पाठक इस बात से अनभिज्ञ होंगे कि प्राणायाम से हमारे शरीर और मन पर क्या प्रभाव पड़ता है उनके समाधान के लिये हम यहाँ पर इसका कुछ स्पष्टीकरण कर देते हैं।

हमारे सारे शरीर में सैकड़ों सूक्ष्म नलियाँ बनी हुई हैं कुछ नलियाँ तो ऐसी हैं जो शरीर से हृदय में आती हैं। नलियों को "शिरा" कहते हैं। और कई नलियाँ ऐ-

हृदय से शरीर में जाती हैं इन नलियों को "धमनी" कहते हैं।

हमारे शरीर में दिनरात रक्त प्रवाहित होता रहता है। प्रकार के व्यापारों में उसका प्रयोग होता है जिससे वह खूब और मैला हो जाता है। उसके अन्तर्गत प्राणमद (Oxygen) वायुका जो तन्व रहता है वह नष्ट होकर उसमें ली वायु (Carbonic acid) का समावेश हो जाता है। शिरा की नलियाँ इसी अशुद्ध रक्त को शुद्ध करने के लिए हृदय जाती हैं। हृदय उसे हमारे फेफड़े (Lungs) में भेजता है जहाँ फेफड़े का काम शुरू होता है फेफड़ा श्वस की भाँति एक छोटे २ घटकों (Cells) का समुदाय है। एक वैज्ञानिक इसका अनुमान लगाया है कि यदि एक शरीर के घटकों (कणों) को मापा जाय तो उनका विस्तार १४००० घन फीट होगा। एक एक मांस पेशी की चाल से खुलते और बन्द होते हैं। ये कण खुलते हैं तब एक ओर से इनमें हृदय द्वारा फँका अशुद्ध रक्त गिर जाता है और दूसरी ओर से हमारे श्वास द्वारा खींची हुई शुद्ध वायु वहाँ पहुँच जाती है। वह वायु रक्त की तमाम अशुद्धता को खींच कर वापिस श्वास के तब बाहर निकल जाती है। फेफड़ा उस शुद्ध रक्त को रख हृदय के पास भेजता है और हृदय धमनी नलियों के तब उसे सारे शरीर में प्रवाहित करता है।

इस बात को कहते तो बहुत देर लगती है पर क्रिया होती है शीघ्र है। एक बार अशुद्ध रक्त जाता है और वहाँ से निकल कर आता है। इस क्रिया से हृदय में एक बार धड़कन मालूम होती है। एक मिनट में साधारणतया ऐसी ७२ धड़कन होती हैं।



अब हमें देखना यह है कि प्राणायाम इस क्रिया पर कितना असर डालता है। हम जो साधारण श्वास लेते हैं वह पूर्ण श्वास नहीं होता, यह श्वास फेफड़े के सय भागों तक नहीं पहुँचता। जिससे फेफड़े के कुछ भाग शुद्ध नहीं होने से उनमें द्यूयूर्ययुलोसिस नामक महामयंकर क्षयरोग के बीजाणु उत्पन्न हो जाते हैं। और इसी प्रकार खाँसी, निमोनिया, श्वास आदि फेफड़ों से सम्बन्ध रखने वाली मयदूर बीमारियाँ उत्पन्न हो जाती हैं। इन्हीं व्याधियों से बचकर शरीर को स्वस्थ रखने के लिए प्राणायाम की आवश्यकता है। प्राणायाम में मनुष्य पहले लम्बा श्वास तेज हवा की तरह शरीर में पहुँचाता है और अपनी तेजी के कारण फेफड़े के एक २ कण में पहुँचा जाता है। उसके पश्चात् कुछ समय तक यह रोका जाता है जिससे उसे रक्त की अशुद्धता चूसने का अवसर भी मिलता है। और फिर धीरे २ छोड़ दिया जाता है। इस प्रकार सारे शरीर की शुद्धि हो जाती है।

### कुछ उपयोगी नियम

प्राणायाम सम्बन्धी व्यायाम करने वाले व्यक्ति के लिए निम्नलिखित नियमों का पालन अत्यन्त आवश्यक है—

(१) अभ्यासी का मन शुद्ध होना चाहिए। उसका भोजन और जल भी शुद्ध और सात्विक होना चाहिए। चित्त की शुद्धि के बिना मानसिक स्वास्थ्यता नहीं रह सकती।

(२) अभ्यासी यदि पूर्ण ब्रह्मचर्य से रह सके तब तो कहल ही क्या। पर यदि उसकी ऐसी स्थिति न हो तो उसे काम वासना पर समय अवश्य रखना चाहिये।

(३) श्वास नाक से लेना चाहिए। मुँह से श्वास लेने से

अधर हानि होती है। इसके अतिरिक्त गहरी श्वास लेने की गदत डालना चाहिए।

(४) किसी भी श्रुत में मुँह ढक कर नहीं सोना चाहिए।

(५) व्यायाम शुद्ध और साफ स्थान में करना चाहिए।

(६) भोजन भूख से कुछ कम करना चाहिए।

### अभ्यास

प्राणायाम के अन्तर्गत तीन क्रियाएँ प्रधान होती हैं। (१) श्वास का बाहर निकलना, इसे “रेचक” कहते हैं। (२) श्वास का भीतर खींचना इसको “पूरक” कहते हैं। (३) श्वास को रोकना इसे स्तंभ कहते हैं।

(१) सीधे खड़े हो जाओ। धीरे २ अपने दोनों हाथों को सामने की ओर लम्बा करो, इस क्रिया के साथ २ श्वास खींचते जाओ, इसके पश्चात् दोनों हाथों को धीरे २ ऊपर उठाओ, जब पूरे ऊपर उठ जाँय तब उनको मिलाकर श्वास उतनी देर तक रोको जितनी देर तक सुर्भाते से रोक सको। उसके पश्चात् दोनों हाथ को कन्धे की ओर सीधे करके धीरे धीरे नीचे उतारो। इस क्रिया के साथ श्वास धीरे धीरे छोड़ो। (संक्षेप) श्वास लेने के साथ साथ दोनों हाथों को लम्बे और ऊँचे करो। श्वास जहाँ तक हो रोको वहाँ तक हाथों को ऊँचा रहने दो। उसके पश्चात् श्वास को छोड़ते समय हाथों को भी धीरे २ छोड़ दो। इस व्यायाम से भूजाएँ, और केफड़े मजबूत होते हैं।

(२) यदि खाली भुजाओं को पुष्ट करना हो तो, सीधे खड़े होकर, हाथों को सामने की ओर लम्बा करो। इसके पश्चात् मुट्टियों बाँध कर उन मुट्टियों को धीरे धीरे कन्धों की

और ले जाओ। जब तक मुट्ठी कन्धे से न मिल जाय तब तक  
भरपूर श्वास खींच लो। उसके पश्चात् उसे रोको जब श्वास  
छोड़ने लगे तब मुट्ठियाँ भी धीरे २ वापस ले आओ।

( ३ ) यदि सारे शरीर को स्वस्थ बनाने की इच्छा हो  
तो यह अभ्यास करो। बाँयें घुटने पर दाहिना पैर रखो  
और दाहिने घुटने पर बाँया पैर। पश्चात् दाहिने हाथ  
को पीठ की ओर लेजाकर उससे दाहिने पैर का अंगूठा  
और बाँयें हाथ को पीठ की ओर लेजा कर उससे बाँयें पैर का  
अंगूठा पकड़ो। यदि हाथ अंगूठे तक न पहुँचे तो जहाँ तक  
पहुँचे वहाँ तक रखो। और घड़न को तान दो। फिर दाहिनी,  
गला और मस्तक एक सीध में करलो, उसके पश्चात् धीरे २  
नाक की श्वास बाहर निकाल दो, और वहाँ तक दूसरी श्वास  
मत खींचो जहाँ तक की तुम बिना खींचे सुभीते से रह सको।  
उसके पश्चात् श्वास खींचना शुरू करो। धीरे २ भरपूर श्वास  
खींच लो, फिर उसे भीतर ही रोक दो जहाँ तक सुभीते से रह  
सके रोको। फिर उसे धीरे २ छोड़ दो। इस प्रकार बार २ वहाँ  
तक करो जहाँ तक तुम्हारे शरीर के रोंगटे न खड़े हो जाँय।

इस प्रकार के और भी कई अभ्यास हैं जिनका वर्णन  
प्राणायाम सम्बन्धी किसी पुस्तक में देखना चाहिए। हमें  
इस प्रकार के अभ्यासों से चमत्कारिक फायदा होते हुए  
देखा है। घड़ी २ व्याधियाँ इस प्रकार के अभ्यासों से दूर हो  
जाती हैं। हम साधारण व्यायाम से इनको बहुत अधिक  
महत्वपूर्ण समझते हैं।

### भोजन

मनुष्य जीवन के लिए भोजन बहुत ही अनिवार्य वस्तु  
है। वायु और जल के पश्चात् शायद यही ऐसी वस्तु।

जिसके बिना मनुष्य जीवन धारण नहीं कर सकता। जीवन धारण करने के लिए सभी मनुष्य भोजन करते हैं पर भोजन सम्यन्धी नियमों के न जानने के कारण वे अनीयमित रूप से बिना चचाये प्रकृति विरुद्ध कच्चा पका भोजन कर लेते हैं। जिसके फलस्वरूप अक्सर हमें ही योमार पड़कर मृत्यु के शिकार होते हैं। या जयानो में ही बुढ़ापे का मज़ा लूटते हैं।

भोजन सादा ही क्यों न हो यह यदि नियम से किया जायगा तो अग्रश्य मनुष्य को दीर्घायु और स्वस्थ रखेगा। पर यदि बढ़िया भोजन भी वे नियम से खाया जायगा तो मनुष्य को अस्वस्थ बना डालेगा।

भोजन हमारे पेट में जय जाता है तब हमारी जठराग्नि के द्वारा उसका रस बनता है। रस बनने के पश्चात् उसमें जो मैल होता है वह तो मलद्वार की ओर से निकल जाता है। शेष रस से रक्त बनता है। रक्त से मांस बनता है, मांस से चरबी बनती है। चरबी से हड्डी, हड्डी से मज़ा और मज़ा से र्धर्व बनता है। इन्हीं सातों धातुओं पर हमारा जीवन स्थिर है, और इन धातुओं का मूल आहार है इसलिए आहार ही हमारे जीवन का मूल है। नीचे लिखे नियमों पर ध्यान देकर भोजन करने से बड़ा लाभ होता है—

(१) हमेशा खूब भूख लगने पर और पहले खाये हुए भोजन के पच जाने पर भोजन करना चाहिए। अजीर्ण में, या बिना भूख लगे भोजन करने से जठराग्नि मन्द हो जाती है। और रक्त पित्तादि दुष्ट रोग हो जाते हैं।

(२) भूख लगने पर भोजन न करने से भी अग्नि मन्द हो जाती है। और भूख में भोजन न करके जल ही से पेट भर लेने से जलोदर रोग हो जाता है।

और ले जाओ। जब तक मुट्ठी कन्धे से न भि  
भरपूर भ्वास घोंच लो। उसके पश्चात् उसे  
छोड़ने लगे तब मुट्ठियाँ मो घीरे २ वापस ले

(३) यदि सारे शरीर को स्थिर बना  
तो यह अभ्यास करो। बाँये घुटने पर हा  
और दाहिने घुटने पर बाँया पैर। पश्च  
को पीठ की ओर लेजाकर उससे दाहिने  
और बाँये हाथ को पीठ की ओर लेजा कर उ  
अंगूठा पकड़ो। यदि हाथ अंगूठे तक न पहुँ  
पहुँचे वहाँ तक रफ्तो। और घटन को तान  
गला और मस्तक एक सीध में करलो, उसके  
नाक की भ्वास बाहर निकाल दो, और वहाँ।  
मत खींचो जहाँ तक की तुम बिना खींचे सुभ  
उसके पश्चात् भ्वास खींचना शुरू करो। धीरे  
खींच लो, फिर उसे भीतर ही रोक दो जहाँ त  
सके रोको। फिर उसे धीरे २ छोड़ दो। इस उ  
तक करो जहाँ तक तुम्हारे शरीर के रोंगटे न

इस प्रकार के और भी कई अभ्यास।  
प्राणायाम सम्बन्धी किसी पुस्तक में देखना।  
इस प्रकार के अभ्यासों से चमत्कारिक फ  
देखा है। घड़ी २ व्याधियाँ इस प्रकार के अ  
जाती हैं। हम साधारण व्यायाम से इनक  
महत्वपूर्ण समझते हैं।

भोजन

मनुष्य  
है। वायु और

भोजन बहुत ही  
शायद यह

जिसके बिना मनुष्य जीवन धारण नहीं कर सकता। जीवन धारण करने के लिए सभी मनुष्य भोजन करते हैं पर भोजन सम्बन्धी नियमों के न जानने के कारण वे अनीयमित रूप से बिना चाये प्रकृति विरुद्ध कच्चा पका भोजन कर लेते हैं। जिसके फलस्वरूप असमय में हो बीमार पड़कर मृत्यु के शिकार होते हैं। या जवानों में हो बुढ़ापे का मज़ा लूटते हैं।

भोजन सादा ही क्यों न हो यह यदि नियम से किया जायगा तो अथर्व मनुष्य को दीर्घायु और स्वस्थ रखेगा। पर यदि बढ़िया भोजन भी ये नियम से लाया जायगा तो मनुष्य को असुख बना डालेगा।

भोजन हमारे पेट में जघ जाता है तब हमारी अट्ठाग्रि के द्वारा उसका रस बनता है। रस बनने के पश्चात् उसमें जो मैल होता है वह तो मलद्वार की ओर से निकल जाता है। शेष रस से रक्त बनता है। रक्त से मांस बनता है, मांस से चर्बी बनती है। चर्बी से हड्डी, हड्डी से मज़ा और मज़ा से पार्थिव बनता है। इन्हीं सातों धातुओं पर हमारा जीवन स्थिर है, और इन धातुओं का मूल आहार है इसलिए आहार ही हमारे जीवन का मूल है। नीचे लिगे नियमों पर ध्यान देकर भोजन करने से बड़ा लाभ होता है—

(१) हमेशा भूख भूख लगने पर और पहले चाये हुए भोजन के पच जाने पर भोजन करना चाहिए। अजीर्ण में, या बिना भूख लगे भोजन करने से अट्ठाग्रि मन्द हो जाती है। और रक्त, पिप्पादि दुष्ट रोग हो जाते हैं।

(२) भूख लगने पर भोजन न करने से भी अग्नि मन्द हो जाती है। और भूख में भोजन न करने जल हो से पेट भर लेने से असोदर रोग हो जाता है।

ओर ले जाओ। जब तक मुट्ठी कन्धे से न मिल जाय तब तक भरपूर श्वास छोँच लो। उसके पश्चात् उसे रोको जब श्वास छोड़ने लगे तब मुट्ठियाँ भी धीरे २ घापस ले आओ।

(३) यदि सारे शरीर को स्वस्थ बनाने की इच्छा हो तो यह अभ्यास करो। बाँयें घुटने पर दाहिना पैर रखो और दाहिने घुटने पर बाँया पैर। पश्चात् दाहिने हाथ को पीठ की ओर लेजाकर उससे दाहिने पैर का अंगूठा और बाँयें हाथ को पीठ की ओर लेजा कर उससे बाँयें पैर का अंगूठा पकड़ो। यदि हाथ अंगूठे तक न पहुँचे तो जहाँ तक पहुँचे वहाँ तक रकरो। और घड़न को तान दो। फिर छाती, गला और मस्तक एक सीध में करलो, उसके पश्चात् धीरे २ नाक की श्वास बाहर निकाल दो, और वहाँ तक दूसरी श्वास मत खींचो जहाँ तक की तुम बिना खींचे सुभीते से रह सको। उसके पश्चात् श्वास खींचना शुरू करो। धीरे २ भरपूर श्वास खींच लो, फिर उसे भीतर ही रोक दो जहाँ तक सुभीते से रह सके रोको। फिर उसे धीरे २ छोड़ दो। इस प्रकार बार २ वहाँ तक करो जहाँ तक तुम्हारे शरीर के रोंगटे न खड़े हो जाँय।

इस प्रकार के और भी कई अभ्यास हैं जिनका वर्णन प्राणायाम सम्बन्धी किसी पुस्तक में देखना चाहिए। हमने इस प्रकार के अभ्यासों से अमत्कारिक फायदा होते हुए देखा है। घड़ी २ व्याधियाँ इस प्रकार के अभ्यासों से दूर हो जाती हैं। हम साधारण व्यायाम से इनको बहुत अधिक महत्वपूर्ण समझते हैं।

### भोजन

प्रमुख जीवन के लिए भोजन बहुत ही अनिवार्य वस्तु है। वायु और जल के पश्चात् शायद यही ऐसी वस्तु है

जैसेके बिना मनुष्य जीवन धारण नहीं कर सकता । जीवन धारण करने के लिए सभी मनुष्य भोजन करते हैं पर भोजन सम्यग्धी नियमों के न जानने के कारण वे अनियमित रूप से बिना चचाये प्रकृति विरुद्ध कच्चा पका भोजन कर लेते हैं । जिसके फल स्वरूप असमय में ही घोमार पड़कर मृत्यु के शिकार होते हैं । या जवानों में ही बुढ़ापे का मज़ा लूटते हैं ।

भोजन सादा ही क्यों न हो वह यदि नियम से किया जायगा तो अथवा मनुष्य को दीर्घायु और स्वस्थ रखेगा । पर यदि बढ़िया भोजन भी वे नियम से खाया जायगा तो मनुष्य को अस्वस्थ बना डालेगा ।

भोजन हमारे पेट में जय जाता है तब हमारी जठराग्नि के द्वारा उसका रस बनता है । रस बनने के पश्चात् उसमें जो मैल होता है वह तो मलद्वार की ओर से निकल जाता है । शेष रस से रक्त बनता है । रक्त से मांस बनता है, मांस से चरबी बनती है । चरबी से हड्डी, हड्डी से मज्जा और मज्जा से धीर्ष्य बनता है । इन्हीं सातों धातुओं पर हमारा जीवन स्थिर है, और इन धातुओं का मूल आहार है इसलिए आहार ही हमारे जीवन का मूल है । नीचे लिखे नियमों पर ध्यान देकर भोजन करने से बड़ा लाभ होता है—

( १ ) हमेशा खूब भूख लगने पर और पहले खाये हुए भोजन के पच जाने पर भोजन करना चाहिए । अजीर्ण में, या बिना भूख लगे भोजन करने से जठराग्नि मन्द हो जाती है । और रक्त पित्तादि दुष्ट रोग हो जाते हैं ।

( २ ) भूख लगने पर भोजन न करने से भी अग्नि मन्द हो जाती है । और भूख में भोजन न करके जल ही से पेट भर लेने से जलोदर रोग हो जाता है ।



और ले जाओ। जब तक मुट्ठी कन्धे से न भिन्न जाय तब तक भरपूर श्वास खींच लो। उसके पश्चात् उसे रोको जब श्वास छोड़ने लगे तब मुट्ठियाँ भी धीरे २ वापस ले आओ।

(३) यदि सारे शरीर को स्वस्थ बनाने की इच्छा है तो यह अभ्यास करो। बाँयें घुटने पर दाहिना पैर रखो और दाहिने घुटने पर बाँया पैर। पश्चात् दाहिने हाथ को पीठ की ओर लेजाकर उससे दाहिने पैर का अंगूठा और बाँयें हाथ को पीठ की ओर लेजा कर उससे बाँयें पैर का अंगूठा पकड़ो। यदि हाथ अंगूठे तक न पहुँचे तो जहाँ तक पहुँचे वहाँ तक रफ्तारो। और घड़न को तान दो। फिर बाँयी, गला और मस्तक एक सीध में करलो, उसके पश्चात् धीरे २ नाक की श्वास बाहर निकाल दो, और वहाँ तक दूसरी श्वास मत खींचो जहाँ तक की तुम बिना खींचे सुभीते से रह सको। उसके पश्चात् श्वास खींचना शुरू करो। धीरे २ भरपूर श्वास खींच लो, फिर उसे भीतर ही रोक दो जहाँ तक सुभीते से रह सके रोको। फिर उसे धीरे २ छोड़ दो। इस प्रकार बार २ वहाँ तक करो जहाँ तक तुम्हारे शरीर के रोंगटे न खड़े हो जाँय।

इस प्रकार के और भी कई अभ्यास हैं जिनका वर्णन प्राणायाम सम्यन्धी किसी पुस्तक में देखना चाहिये। हमारे इस प्रकार के अभ्यासों से चमत्कारिक फायदा होते हुए देखा है। बड़ी २ व्याधियाँ इस प्रकार के अभ्यासों से दूर हो जाती हैं। हम साधारण व्यायाम से इनको बहुत अधिक महत्वपूर्ण समझते हैं।

### भोजन

मनुष्य जीवन के लिए भोजन बहुत ही अनिवार्य वस्तु है। वायु और जल के पश्चात् शायद यही ऐसी वस्तु है

जिसके बिना मनुष्य जीवन् धारण नहीं कर सकता। जीवन् धारण करने के लिए सभी मनुष्य भोजन करते हैं पर भोजन सम्यग्धी नियमों के न जानने के कारण वे अनीयमित रूप से बिना चचाये प्रकृति विरुद्ध कच्चा पका भोजन कर लेते हैं। जिसके फल स्वरूप असमय में ही थोमार पड़कर मृत्यु के शिकार होते हैं। या जवानों में ही बुढ़ापे का मज़ा लूटते हैं।

भोजन सादा ही क्यों न हो वह यदि नियम से किया जायगा तो अश्वस्थ मनुष्य को दीर्घायु और स्वस्थ रखेगा। पर यदि बढ़िया भोजन भी वे नियम से खाया जायगा तो मनुष्य को अश्वस्थ बना डालेगा।

भोजन हमारे पेट में जय जाता है तब हमारी जठराग्नि के द्वारा उसका रस बनता है। रस बनने के पश्चात् उसमें जो मैल होता है वह तो मलद्वार की ओर से निकल जाता है। शेष रस से रक्त बनता है। रक्त से मांस बनता है, मांस से चरबी बनती है। चरबी से हड्डी, हड्डी से मज़ा और मज़ा से धीर्घ्य बनता है। इन्हीं सातों धातुओं पर हमारा जीवन स्थिर है, और इन धातुओं का मूल आहार है इसलिए आहार ही हमारे जीवन का मूल है। नीचे लिखे नियमों पर ध्यान देकर भोजन करने से बड़ा लाभ होता है—

(१) हमेशा खूब भूख लगने पर और पहले प्राये हुए भोजन के पच जाने पर भोजन करना चाहिए। अजीर्ण में, या बिना भूख लगे भोजन करने से जठराग्नि मन्द हो जाती है। और रक्त पित्तादि दुष्ट रोग हो जाते हैं।

(२) भूख लगने पर भोजन न करने से भी अग्नि मन्द हो जाती है। और भूख में भोजन न करके जल हो से पेट भर लेने से जलोदर रोग हो जाता है।

( ३ ) भोजन चाहे किनना ही सादा क्यों न हो पर कड़ और हलका होना चाहिए । मृणित, वासी, सड़ा, गला, कड़ जला हुआ और संशय विषय भोजन करने से स्वास्थ्य पर नाश होता है ।

( ४ ) भोजन बनाने वाला रसोदर्यो ( चाहे पुखर हो को छो ) साफ़ और सुन्दर संस्कारों वाला होना चाहिए । कौन किये बिना उसे भोजन न बनाना चाहिए । भोजन के पदार्थ यत्न, और रसोई घर भी शुद्ध, साफ़ और सुधरे होना चाहिए इन सब बातों का स्वास्थ्य पर बड़ा असर पड़ता है ।

( ५ ) हमेशा भूख से कुछ कम खाना चाहिए । भिन्ने खाया हुआ सुभीते से हजम हो जाय ।

( ६ ) शाक, तरकारी में बहुत अधिक चटपटे मसाले न डालना, खास कर मिर्ची बहुत कम डालना चाहिए । ज्यादा मिर्ची बड़ा नुकसान करती है ।

( ७ ) भोजन को खूब चबा २ कर खाना चाहिए । कम चबाया हुआ भोजन बहुत नुकसान करता है ।

( ८ ) भोजन के पहले पानी पीने से कमजोरी और पॉन्च पानी पीने से घेदही मुटाई आती है हों भोजन के बीच २ ३ थोड़ा २ शीतल जल पीने से रसायनिक क्रिया अच्छी होती है ।

( ९ ) भोजन किये के पश्चात् उसका कुछ अंश दांतों में रखा जाता है उसे साफ करके खूब कुल्ले कर लेना चाहिए ।

( १० ) भोजन करके दौड़ना, परिश्रम करना, व्यायाम करना, नींद लेना आदि बातें बड़ी हानिकारक हैं । अतः उस समय इन बातों से बचना चाहिए । भोजन करते हो या तो धीरे २ टहलना चाहिए या पन्द्रह मिनट तक आराम कुर्सी पर बैठ कर आराम करना चाहिए ।

( ११ ) जहाँ तक हो सके रात को भोजन करने से बचना चाहिए । क्योंकि एक तो उस समय भोजन के कच्चे पके की, गुद्द, अगुद्द की परीक्षा नहीं होती । दूसरे उस समय कई छोटे बड़े जन्तु इधर उधर उड़ते रहते हैं उनके भोजन में गिर जाने से भोजन अरुचि कर और अस्वस्थकर हो जाता है ।

### जल

मनुष्य शरीर के लिए भोजन की अपेक्षा भी जल अधिक आवश्यक पदार्थ है । भोजन के बिना मनुष्य फिर भी कुछ दिन निकाल सकता है । पर जलके बिना अधिक दिन जीना कठिन हो जाता है । यदन में रून हमेशा चकर लगाता रहता है । इस क्रिया से वह गाढ़ा होता है जल उसीमें मिलकर उसे स्यामाधिक बना देता है । इसलिए हमें बहुत शुद्ध हलका और साफ जल पीना चाहिए । नहीं तो हम अवश्य बीमार हो जाएंगे ।

### जल सम्बंधी नियम

( १ ) पानी हमेशा मोटे कपड़े में छान कर पीओ । छान करके पानी पीने वाले बहुत सी बीमारियों से बच जाते हैं । खास कर "नारू" ( याला ) तो उन्हें निकलता ही नहीं ।

( २ ) जब व्यास लगे तब साफ और शीतल जल थोड़ा २ करके पीना चाहिए । जहाँ तक हो सके गहरे कुएँ का जल पीना चाहिए । घरसाती नदियों का गन्दा जल कभी नहीं पीना चाहिए । फिर चाहे वह जल गंगा, यमुना या अन्य किसी भी नदी का क्यों न हो ।

( ३ ) दूर से आने पर, पसीने में, परिश्रम करके, चिकने पदार्थ खाकर जल न पीना चाहिए ।

( ४ ) अगर अगर में तरह २ के जल पीने तो उस जल का अयुग्म दूर करने के लिए कर चाहिए । जिसे पकड़ न हो उसे बिलकुल १ भाग का इस्तेमाल करना चाहिए । इसमें १ नहीं लगता ।

## वायु

जल से भी वायु शरीर के लिए अधिक इसके बिना मनुष्य दिन की कौन बड़े पाप घड़ी सकता । वायु सख्यन्धी नियम हम पहले लिए है के कुछ थोड़े से नियम हम यहाँ लिए देते हैं । ॥ का होता है । पर मनुष्य जीवन के लिए तीन प्रकार अधिक उपयोगी है । ऑक्सिजन, नाइट्रोजन और एसिड । हम जो श्वास लेते हैं उसमें साधारणतः ऑक्सिजन, ७४ भाग नाइट्रोजन और १ भाग कार्बो रेटा है । श्वास करके "ऑक्सिजन" ही हमारा है । नाइट्रोजन और कार्बोनिक् प्राणघातक है । ॥ ऑक्सिजन इतना तेज है कि बिना नाइट्रोजन के उसकी तेजी को बर्दाश्त नहीं कर सकते । इसी लिए हमारे लिए ऐसी व्यवस्था की है ।

अस्तु ! हमें ऐसे मकान में रहना चाहिए जो से खुला हो, जहाँ पर शुद्ध वायु आज़ादी के साथ कोई परवाह नहीं फिर वह मकान फूस ही का राजमहल भी यदि चारों ओर से घन्य हो, उसमें प्रबन्ध न हो, तथा उसमें सूर्य की धूप न आती हो तो काम का नहीं । मकान के आस पास खराब वायु ३

पेदा करने वाली गन्दगी न होना चाहिए। रात को किसी भी भाड़ के नीचे सोना हानिकारक है क्योंकि भाड़ उस समय नाइट्रोजन गैस छोड़ते हैं।

### निद्रा

वायु, जल और भोजन ही की तरह हमारे जीवन के लिए निद्रा भी उपयोगी है। निद्रा का योग रोकने से, सुस्ती, सिर दर्द और जंभाई वगैरह आने लगती है। यदि कुछ दिनों तक बराबर हम सोवें तो अचानक हमारी तन्मयता खराब हो जायगी। हम प्रत्यक्ष देखते हैं कि नाटक कम्पनियों में प्रतिदिन जगने वाले लोग बहुत ही कम अवस्था में अस्थिर हो जाते हैं।

सारे दिन के परिश्रम से थका हुआ मनुष्य कुछ समय तक आराम की निद्रा ले ले तो वह फिर से नवीन और ताजा हो जाता है। उसमें फिर से नया जीवन और नया उत्साह आजाता है। इसलिए उच्चम स्वास्थ्य चाहने वाले मनुष्यों को निद्रा के समय में हमेशा निद्रा लेना ही चाहिए।

### निद्रा सम्बंधी नियम

(१) प्रत्येक मनुष्य को रात को दस बजे सोकर सबेरे चार बजे उठ जाना चाहिए। यह समय निद्रा के लिये सब से अच्छा है।

(२) रात को जागना और दिन को सोना हानि कारक है। इससे मनुष्य के तमोगुण की वृद्धि होती है और भ्रू-रोग पड़ जाता है। हाँ, यदि गर्मी के मौसम में घण्टा दो घण्टा दिन में सो लिया जाय तो कोई नुकसान नहीं।

(३) बारह वर्ष तक के लड़कों को नौ घण्टे और जवानों को छः घण्टे सोना चाहिए।

( ४ ) अगर सफर में तरह २ के जल पीने का अवसर आवे उस जल का अयगुण दूर करने के लिए कच्चा प्याज खाना चाहिए। जिसे परहेज़ न हो उसे बिलकुल सूदम मात्रा में ह का इस्तेमाल करना चाहिए। इससे कहीं का पानी ही लगता।

### वायु

जल से भी वायु शरीर के लिए अधिक आवश्यक है। तबे बिना मनुष्य दिन की कौन कहे पाच घड़ी भी नहीं जीता। वायु सम्बन्धी नियम हम पहले लिख चुके हैं। बाकी कुछ थोड़े से नियम हम यहाँ लिख देते हैं। वायु कई प्रकार होता है। पर मनुष्य जीवन के लिए तीन प्रकार का वायु ही अधिक उपयोगी है। ऑक्सिजन, नाइट्रोजन और कार्बोलिक सेड। हम जो श्वास लेते हैं उसमें साधारणतया २५ भाग ऑक्सिजन, ७४ भाग नाइट्रोजन और १ भाग कार्बोलिक एसिड होता है। श्वास करके "ऑक्सिजन" ही हमारा प्राण रक्षक। नाइट्रोजन और कार्बोलिक प्राणघातक है। पर मिज़ालिस ऑक्सिजन इतना तेज है कि बिना नाइट्रोजन के मेल के हम फी तेज़ी को बर्दाश्त नहीं कर सकते। इसी लिए प्रकृति ने तरे लिए ऐसी व्यवस्था की है।

अस्तु ! हमें ऐसे मकान में रहना चाहिए जो चारों ओर खुला हो, जहाँ पर शुद्ध वायु आज़ादी के साथ आ सके। परवाह नहीं फिर वह मकान फूस ही का क्यों न हो। महल भी यदि चारों ओर से बन्द हो, उसमें सफाई का ध्य न हो, तथा उसमें सूर्य की धूप न आती हो तो वह किसी का नहीं। मकान के आस पास खराब वायु और दुर्गन्ध

पैदा करने वाले गन्धगी न होना चाहिए। रात को किसी भी भाड़ के नीचे सोना हानिकारक है क्योंकि भाड़ उस समय नाइट्रोजन धातु छोड़ते हैं।

## निद्रा

वायु, जल और भोजन ही की तरह हमारे जीवन के लिए निद्रा भी उपयोगी है। निद्रा का घेग रोकने से, सुस्ती, सिर दर्द और जंभाई बगैरह आने लगती है। यदि कुछ दिनों तक बराबर हम सोवें तो अचानक हमारी तन्दुरुस्ती खराब हो जायगी। हम प्रत्यक्ष देखते हैं कि नाटक कम्पनियों में प्रतिदिन जगने वाले लोग बहुत ही कम अवस्था में अस्वस्थ हो जाते हैं।

सारे दिन के परिश्रम से थका हुआ मनुष्य कुछ समय तक आराम की निद्रा ले ले तो वह फिर से नवीन और ताजा हो जाता है। उसमें फिर से नया जीवन और नया उत्साह आजाता है। इसलिए उत्तम स्वास्थ्य चाहने वाले मनुष्यों को निद्रा के समय में हमेशा निद्रा लेना ही चाहिए।

## निद्रा सम्बंधी नियम

(१) प्रत्येक मनुष्य को रात को दस बजे सोकर सवेरे चार बजे उठ जाना चाहिए। यह समय निद्रा के लिये सब से अच्छा है।

(२) रात को जागना और दिन को सोना हानि कारक है। इससे मनुष्य के तमोगुण की वृद्धि होती है और भूट बीमार पड़ जाता है। हां, यदि गर्मी के मौसम में घण्टा दो घण्टा दिन में सो लिया जाय तो कोई नुकसान नहीं।

(३) बारह वर्ष तक के लड़कों को नौ घण्टे और जवानों को छः घण्टे सोना चाहिए।



( ४ ) अगर सफर में तरह २ के जल पीने का अयसर आवे तो उस जल का अयगुण दूर करने के लिए कथा व्याज खाना चाहिए। जिसे परहेज न हो उसे विलकुल सूदम मात्रा में भूत का इस्तेमाल करना चाहिए। इससे कहीं का पानी नहीं लगता।

### वायु

जल से भी वायु शरीर के लिए अधिक आवश्यक है। इसके बिना मनुष्य दिन की कौन कहे पाय घड़ी भी नहीं जी सकता। वायु सम्बन्धी नियम हम पहले लिख चुके हैं। धाकी के कुछ छोड़े से नियम हम यहाँ लिख देते हैं। वायु कई प्रकार का होता है। पर मनुष्य जीवन के लिए तीन प्रकार का वायु ही अधिक उपयोगी है। ऑक्सिजन, नाइट्रोजन और कार्बोलिक एसिड। हम जो श्वास लेते हैं उसमें साधारणतया २५ भाग ऑक्सिजन, ७४ भाग नाइट्रोजन और १ भाग कार्बोलिक एसिड रहता है। श्वास करके "ऑक्सिजन" ही हमारा प्राण रक्षक है। नाइट्रोजन और कार्बोलिक प्राणघातक है। पर निखालिस ऑक्सिजन इतना तेज है कि बिना नाइट्रोजन के मेल के हम उसकी तेजी को बर्दाश्त नहीं कर सकते। इसी लिए प्रकृति ने हमारे लिए ऐसी व्यवस्था की है।

अस्तु ! हमें ऐसे मकान में रहना चाहिए जो चारों ओर से खुला हो, जहाँ पर शुद्ध वायु आजादी के साथ आ सके। कोई परवाह नहीं फिर वह मकान फूस ही का क्यों न हो। राजमहल भी यदि चारों ओर से बन्द हो, उसमें सफाई का प्रबन्ध न हो, तथा उसमें सूर्य की घूपन आती हो तो वह किसी काम का नहीं। मकान के ~~अन्दर~~ पास खराब वायु और दुर्गन्ध

पैदा करने वाली गन्दगी न होना चाहिए। रात को किसी भी भाड़ के नीचे सोना हानिकारक है क्योंकि भाड़ उस समय नाइट्रोजन वायु छोड़ते हैं।

## निद्रा

वायु, जल और भोजन ही की तरह हमारे जीवन के लिए निद्रा भी उपयोगी है। निद्रा का वेग रोकने से, चुस्ती, सिर दर्द और जंभाई घोररु आने लगती है। यदि कुछ दिनों तक घराघर हम सोवें तो अवश्य हमारी तन्दुरुस्ती खराब हो जायगी। हम प्रत्यक्ष देखते हैं कि नाटक कम्पनियों में प्रतिदिन जगने वाले लोग बहुत ही कम अवस्था में अवस्थ हो जाते हैं।

सारे दिन के परिश्रम से थका हुआ मनुष्य कुछ समय तक आराम की निद्रा ले लें तो वह फिर से नवीन और ताजा हो जाता है। उसमें फिर से नया जीवन और नया उत्साह आजाता है। इसलिए उत्तम स्वास्थ्य चाहने वाले मनुष्यों को निद्रा के समय में हमेशा निद्रा लेना ही चाहिए।

## निद्रा सम्बंधी नियम

(१) प्रत्येक मनुष्य को रात को दस बजे सोकर सवेरे चार बजे उठ जाना चाहिए। यह समय निद्रा के लिये सब से अच्छा है।

(२) रात को जागना और दिन को सोना हानि कारक है। इससे मनुष्य के तमोगुण की वृद्धि होती है और भूट बीमार पड़ जाता है। हां, यदि गर्मी के मौसम में घण्टा दो घण्टा दिन में सो लिया जाय तो कोई नुकसान नहीं।

(३) बारह वर्ष तक के लड़कों को नौ घण्टे और जवानों को छः घण्टे सोना चाहिए।

हो रहा है। इस पद्धति में सर्जरी (चीर फाड़) की कला बहुत उत्तम है।

## होमियो पैथी

इसके मूल आविष्कर्ता प्रसिद्ध जर्मन डाक्टर "हानिमन" हैं। इतने कम समय में जितना प्रचार इस पैथी का हुआ उतना शायद ही किसी पद्धति का हुआ हो। वास्तव में यह है भी घड़ी चमत्कारिक। इसे हिन्दी शब्दों में कहें तो "साधर्म्य चिकित्सा" कह सकते हैं। हानिमन साहय का कथन है कि लोग बीमारियों पर उनसे विपरीत दवाएँ दे २ कि कोई भी प्रकृति को बिगाड़ डालते हैं। आपका कथन है कि कोई भी औषधि अपनी अधिक मात्रा में मनुष्य शरीर पर जो उपद्रव करती है अत्यन्त सूक्ष्म मात्रा में वह उसी उपद्रव को आराम करती है। जैसे "बेहेट्रम प्लयम" अधिक मात्रा में खाने से मनुष्य को हैजे के समान दस्त और फै होने लग जा-ती है अतः यदि उसे सूक्ष्म मात्रा में दिया जायगा तो अवश्य ही हैजे को आराम कर देगा इत्यादि।

इसी प्रकार लूँ कूने की हाइड्रोपैथी (जल चिकित्सा) शुलर की घाँयो कैमिक, क्रूमोपैथी (रंग चिकित्सा) आदि कई पैथियाँ प्रचलित हैं जिन सब का वर्णन इस नावि-इस पुस्तक में असम्भव है।

कुछ भयंकर रोग और उनकी चिकित्सा

## ज्वर

दुनियाँ भर के तमाम रोगों में ज्वर सबसे प्रधान रोग है। यह ज्वर कई प्रकार का होता है। इसकी चिकित्सा बहुत

और अठारह दिन तक नमक केवल रोटी में खाय,  
गुड़, तेल आदि बिलकुल छोड़ दे। इस औषधि से  
से भयङ्कर खुजली आराम हो जाती है। आजमूदा है।

### प्रदर

यह रोग स्त्रियों को होता है। पुरुषों के प्रमेह ही की तरह  
ग भी है। इसमें स्त्रियों के योनि द्वार से कई तरह का  
बहता है। लाल रंग का पानी बहता है उसे रक्त प्रदर  
है। सफेद रक्त का पानी बहता है उसे श्वेत प्रदर कहते  
हैं। कई प्रकार का होता है। यह रोग मिथ्या आहार-  
र, अष्टकल्पनायं आदि बातों से उत्पन्न होता है। इस  
में खो दिन प्रति दिन अधिकाधिक दुर्बल होती जाती है।  
हूटता है, अङ्गों में घेदना होती है और शूल कीसी पोंड़ा  
है।

(१) इस रोग के अन्दर होमियों पैथी की "ओहाटेस्टा"  
क औषधि अत्यन्त फायदा करती है।

(२) दो तोले अशोक वृक्ष की छाल लेकर उसे कूटलो।  
किसी मिट्टी की हाण्डी में उसे पाव भर पानी के साथ  
। दो। जब छटांक भर रह जाय तब उतार लो और उसमें  
। पाव दूध डालकर उसे फिर चढ़ादो, जब सब पानी  
कर केवल दूध रह जाय तब उतार लो। ठण्डा होने पर  
। दो। इस प्रकार इक्कीस दिन तक पिलाने से बहुत लाभ  
। है।

### विष चिकित्सा

साँप, बिच्छू, गोहरा, मक्खी, घरेँ आदि जन्तु बड़े भयङ्कर  
। हैं। विशेष कर साँप तो बहुत ही भयङ्कर होता है।

हो रहा है। इस पद्धति में सर्जरी (चीर फाड़) की कला बहुत उत्तम है।

### होमियो पैथी

इसके मूल आयिष्कर्ता प्रसिद्ध जर्मन डाक्टर "हानिमन" है। इतने कम समय में जितना प्रचार इस पैथी का हुआ उतना शायद ही किसी पद्धति का हुआ हो। वास्तव में यह है भी यड़ी चमत्कारिक। इसे हिन्दी शब्दों में कहें तो "साधर्म्य चिकित्सा" कह सकते हैं। हानिमन साह्य का कथन है कि लोग बीमारियों पर उनसे विपरीत दवाएँ दे २ कर रोगी की प्रकृति को बिगाड़ डालते हैं। आपका कथन है कि कोई भी औषधि अपनी अधिक मात्रा में मनुष्य शरीर पर जो उपद्रव करती है अत्यन्त सूक्ष्म मात्रा में वह उसी उपद्रव को आराम करती है। जैसे "बेरेट्रम एल्यम" अधिक मात्रा में खाने से मनुष्य को हैजे के समान दस्त और कै होने लग जाती है अतः यदि उसे सूक्ष्म मात्रा में दिया जायगा तो अवश्य यह हैजे को आराम कर देगा इत्यादि।

इसी प्रकार लूई कूने की हाइड्रोपैथी (जल चिकित्सा) गुलर की बाँयो कैमिक, क्रूमोपैथी (रंग चिकित्सा) आदि कई पैथियाँ प्रचलित हैं जिन सब का वर्णन इस नाकिस पुस्तक में असम्भव है।

कुछ भयंकर रोग और उनकी चिकित्सा

### ज्वर

दुनियाँ भर के तमाम रोगों में ज्वर सबसे प्रधान रोग है। यह ज्वर कई प्रकार का होता है। इसकी चिकित्सा बहुत

पिये। और अठारह दिन तक नमक केवल रोटी में छाय, खटाई, गुड़, तेल आदि बिलकुल छोड़ दे। इस औषधि से भयङ्कर से भयङ्कर खुजली आराम हो जाती है। आजमूदा है।

### प्रदर

यह रोग स्त्रियों को होता है। पुरुषों के प्रमेह ही की तरह यह रोग भी है। इसमें स्त्रियों के योनि छार से कई तरह का पानी बहता है। लाल रंग का पानी बहता है उसे रक्त प्रदर कहते हैं। सफेद रक्त का पानी बहता है उसे श्वेत प्रदर कहते हैं। यह कई प्रकार का होता है। यह रोग मिथ्या आहार-विहार, भ्रष्टकल्पनाएं आदि बातों से उत्पन्न होता है। इस रोग में खो दिन प्रति दिन अधिकाधिक दुर्बल होती जाती है। शरीर सूखता है, अङ्गों में घेदना होती है और शूल कीसी पीड़ा होती है।

(१) इस रोग के अन्दर होमियों पैथी की “ओल्हाटेस्टा” नामक औषधि अत्यन्त फायदा करती है।

(२) दो तोले अशोक वृक्ष की छाल लेकर उसे कूटलो। फिर किसी मिट्टी की हाण्डी में उसे पाच भर पानी के साथ जोश दो। जब छटांक भर रह जाय तब उतार लो और उसमें आध पाच दूध डालकर उसे फिर चढ़ादो, जब सब पानी जलकर केवल दूध रह जाय तब उतार लो। ठण्डा होने पर पिला दो। इस प्रकार इक्कीस दिन तक पिलाने से बहुत लाभ होता है।

### विष चिकित्सा

साँप, बिच्छू, गोहरा, मक्खी, धरं आदि जन्तु बड़े भयङ्कर होते हैं। विशेष कर साँप तो बहुत ही भयङ्कर होता है।

पिच्छु आदि विपैले जन्तुओं का काटा हुआ प्राणी तो फिर भी कोशिश करने से बच सकना है। पर सर्प के काटे हुए प्राणी की बचने की बहुत ही कम आशा रहती है। इसको विष बढ़ा भयंकर होता है। सर्प कई प्रकार के होते हैं। और उनका प्रभाव भी भिन्न होता है। पर यहाँ स्थानाभाव के कारण हम उन सब बातों को न बतलाते हुए कुछ उपाय ऐसे बतलाते हैं जिनसे सब प्रकार के सर्पों के जहर में लाभ होगा।

### सर्प विष-चिकित्सा

✓ सर्प के काटने की पहचान—(१) यदि किसी को सर्प ने काटा हो तो आप उसे कड़वे नीम के पत्ते चबाइये। यदि उसे नीम के पत्ते कड़वे न लगें तो समझिये कि इसे अवश्य सर्प ने काटा है।

(२) उपरोक्त रीति से नमक खिला कर भी आप पहचान कर सकते हैं। यदि नमक, खारा ( तीता ) न लगे तो उसे भी काटा हुआ ही समझिये।

यदि आपको मालूम हो जाय कि सर्प ने काटा है तो फौरन निम्नांकित उपाय कीजिये।

(१) साँप के काटे हुए स्थान से कुछ ऊपर एक बंधन बाँध दीजिए जिससे कि विष ऊपर न चढ़ सके। बल्कि लगातार एक के ऊपर एक इस प्रकार दो तीन बंधन बाँध देंगे तो और भी ठीक होगा जिससे खून का दौड़ना बन्द हो जायगा और विष आगे नसों में न चढ़ सकेगा। ऐसा करने से आगे चिकित्सा करने में समय मिल जायगा।

(२) काटे हुए स्थान को फौरन लुरी से झिल कर दाम देना चाहिये। जिससे विष वहीं जल जाय और आगे न

फैले। यह काम बहुत शीघ्र करना चाहिये नहीं तो विष ऊपर चढ़ जाने का डर है। यदि ऊपर चढ़ गया हो तो नं० १ वाली तरकीब करना चाहिये।

(३) रोगी को जुलाय और कै करवा के भी विष की शांति करना चाहिये। कै और जुलाय से भी विष उतर जाता है।

(४) यदि रोगी असाध्य हो गया हो और किसी भी प्रकार से उसके बचने की उम्मीद नहीं रही हो ऐसी स्थिति में उसे सिगिया विष (यच्छुनाग) या अफ़ोम देना चाहिये। कभी २ इस क्रिया से बड़ा फायदा हो जाता है। लेकिन यह उसी हालत में देना चाहिये जब रोगी असाध्य हो गया हो। (विषस्य विष महीषधम्)।

● सर्पदंशन की दवा—(१) घी, शहद, मक्खन, पीपर, सुद-रण, काली मिर्च और सैधानान-इन सातों वस्तुओं को जो पीसने लायक हो पीस लें और फिर सब वस्तुओं को मिला दें। जिसे सर्प ने काटा हो उसे यह दवा पिलाने से आश्चर्यजनक फायदा होगा।

(२) जमालगोटे को घी में पीस कर शीतल जल के साथ पिलाने से सर्प का विष उतर जाता है।

(३) जंगली तोरई और जमालगोटे की मींगी को पानी के साथ पीस कर पिलाने से सर्पविष उतर जाता है।

(४) सम्हानू की जड़ के स्वरस में निर्गुण्डी की भापना देकर पीने से सर्प विष उतर जाता है।

(५) चार तोले कालीमिर्च और एक तोले चांगेरी का रस इन दोनों को एकत्र कर घी में मिला कर पीने से और लेप करने से विष उतर जाता है। चांगेरी को चूका भी कहते हैं।



(६) परघल की जड़ की नस्य देने से (सुंघाने से) भयंकर सर्प का डसा हुआ भी अच्छा हो जाता है।

(७) सेंधानोन, कालीमिर्च और नीम के बीज इन तीनों को बराबर लेकर एक साथ पीस कर फिर शहद और घी के साथ सेवन करने से विष उतर जाता है।

### विच्छ विप-चिकित्सा

(१) हमली के चीरों के बीज को पानी में पीस कर काटे हुए स्थान पर लगाने से आश्चर्यजनक फायदा होता है।

(२) प्याज के दो टुकड़े कर काटे हुए स्थान पर लगाने से फौरन आराम होता है।

(३) सत्यानाशी की छाल पान में रख कर खाने से आराम होता है।

(४) धकरी की मँगनी पानी में पीस कर लगाने से शीघ्र ही फायदा होता है।

(५) निर्मली के बीज पानी के साथ सिल पर घिस कर लगाने से आराम होता है।

(६) काली तुलसी का रस और नमक मिला कर लगाने से शीघ्र ही फायदा होता है।

### भूपक-विप-चिकित्सा

(१) करंज की छाल और उसके बीजों को पीस कर लेप करने से चूहे के काटे का विष शांत हो जाता है।

(२) सिरस की जड़ को धकरी के मूत्र में पीस कर लेप करने से भी फायदा होता है।

(३) इन्द्रायण की जड़, अकोले की जड़, तिलों की जड़,

मिथी, शहद और घी इन सब को मिला कर पीने से विष उतर जाता है ।

### मधु मक्खी विष-चिकित्सा

(१) मक्खी के काटे हुए स्थान पर सेंधानोन मलने से ज़हर नहीं चढ़ता ।

(२) केशर, तगर सोंठ और कालीमिर्च इन चारों को पीस कर लेप करने से लाभ होता है ।

(३) आक का दूध मलने से भी फायदा होता है ।

### बर के विष की चिकित्सा

(१) घी, सेंधानोन और तुलसी के पत्तों का रस इन तीनों को मिला कर लगाने से आराम होता है ।

(२) कालीमिर्च, सोंठ, सेंधानोन और संघरनोन इन चारों को नागर खेल के पान में घोट कर लगाने से फायदा होता है ।

(३) गंधक को पानी में पीस कर लेप करने से शीघ्र ही आराम होता है ।

### नेवले की विष-चिकित्सा

(१) लहसुन का लेप करने से आराम होता है ।

(२) कच्चे अंजीर पीस कर लगाने से भी फायदा होता है ।

### मकड़ी-विष-चिकित्सा

(१) मण्डया पानी में पीस कर लगाने से कुन्सी आराम होती है ।

(२) सफ़ेद जीरा और सोंठ पानी में पीस कर लगाने से फायदा होता है ।

(३) खली और हल्दी पानी में पीस कर लेप करने से विष की शांति हो जाती है ।

(६) परगल की जड़ की नस्य देने से (सुंधाने से) भयंकर सर्प का डसा हुआ भी अच्छा हो जाता है।

(७) सेंधानोन, कालीमिर्च और नीम के बीज इन तीनों को बराबर लेकर एक साथ पीस कर फिर शहद और घी के साथ सेवन करने से विष उतर जाता है।

### विच्छ्र विष-चिकित्सा

(१) हमली के बीरों के बीज को पानी में पीस कर काटे हुए स्थान पर लगाने से आश्चर्यजनक फायदा होता है।

(२) प्याज के दो टुकड़े कर काटे हुए स्थान पर लगाने से फौरन आराम होता है।

(३) सत्यानाशी की छाल पान में रख कर खाने से आराम होता है।

(४) घकरी की मैंगनी पानी में पीस कर लगाने से शीघ्र ही फायदा होता है।

(५) निर्मली के बीज पानी के साथ सिल पर घिस कर लगाने से आराम होता है।

(६) काली तुलसी का रस और नमक मिला कर लगाने से शीघ्र ही फायदा होता है।

### मूयक-विष-चिकित्सा

(१) करंज की छाल और उसके बीजों को पीस कर लेप करने से चूहे के काटे का विष शांत हो जाता है।

(२) सिरस की जड़ को घकरी के मूत्र में पीस कर लेप करने से भी फायदा होता है।

(३) इन्द्रायण की जड़, अकोले की जड़, तिलों की जड़,

मिथी, शहद और घी इन सब को मिला कर पीने से विष उतर जाना है ।

### मधु मक्खी विष-चिकित्सा

(१) मक्खी के काटे हुए म्यान पर सेंधानोन मलने से ज़हर नहीं पड़ता ।

(२) केशर, तगर सोंठ और कालीमिर्च इन चारों को पीस कर लेप करने से लाभ होता है ।

(३) आक का दूध मलने से भी फायदा होता है ।

### घर के विष की चिकित्सा

(१) घी, सेंधानोन और तुलसी के पत्तों का रस इन तीनों को मिला कर लगाने से आराम होता है ।

(२) कालीमिर्च, सोंठ, सेंधानोन और संधरनोन इन चारों को नागर देल के पान में घोट कर लगाने से फायदा होता है ।

(३) गंधक को पानी में पीस कर लेप करने से शीघ्र ही आराम होता है ।

### नेवले की विष-चिकित्सा

(१) लहसुन का लेप करने से आराम होता है ।

(२) कच्चे अंजीर पीस कर लगाने से भी फायदा होता है ।

### मकड़ी-विष-चिकित्सा

(१) मण्डया पानी में पीस कर लगाने से फुन्सी आराम होती है ।

(२) सफ़ेद जीरा और सोंठ पानी में पीस कर लगाने से फायदा होता है ।

(३) खली और हल्दी पानी में पीस कर लेप करने से विष की शान्ति हो जाती है ।

(६) परधन की जड़ की मध्य में (मुंफाने में) मरिचक सप का दसा हुआ भी अच्छा हो जाता है।

(७) रोधानोन, बालीमिर्च और नीम के बीज इन तीनों को बराबर मिलाकर एक साथ पीस कर फिर शहद और घी के साथ सेवन करने से विष उतर जाता है।

### विष-चिकित्सा

(१) हमली के बीजों के बीज को पानी में पीस कर काटे हुए स्थान पर लगाने से आशयजनक फायदा होता है।

(२) प्याज के दो टुकड़े कर काटे हुए स्थान पर लगाने से पौरन धाराम होता है।

(३) सत्यानाशी की छाल पान में रख कर गाने से धाराम होता है।

(४) बकरी की मैंगनी पानी में पीस कर लगाने से शीघ्र ही फायदा होता है।

(५) निर्मली के बीज पानी के साथ सिल पर घिस कर लगाने से धाराम होता है।

(६) काली तुलसी का रस और नमक मिला कर लगाने से शीघ्र ही फायदा होता है।

### मृषक-विष-चिकित्सा

(१) करंज की छाल और उसके बीजों को पीस कर लेप करने से घूँसे के काटे का विष शांत हो जाता है।

(२) सिरस की जड़ को के सूत्र में पीस कर लेप करने से भी फायदा होता है।

(३) इन्द्रायण की जड़

तिलों की जड़

मिथ्री, शहद और घी इन सब को मिला कर पीने से विष उतर जाता है ।

### मधु मक्खी विष-चिकित्सा

(१) मक्खी के काटे हुए स्थान पर संधानोन मलने से ज़हर नहीं बढ़ता ।

(२) केशर, नगर गोंट और कालीमिर्च इन चारों को पीस कर लेप करने से लाभ होता है ।

(३) आक का दूध मलने से भी फायदा होता है ।

### घर के विष की चिकित्सा

(१) घी, संधानोन और गुलमी के पत्तों का रस इन तीनों को मिला कर लगाने से आराम होता है ।

(२) कालीमिर्च, गोंट, संधानोन और संधरनोन इन चारों को नगर देल के पान में घोट कर लगाने से फायदा होता है ।

(३) गंधक को पानी में पीस कर लेप करने से शीघ्र ही आराम होता है ।

### झड़ते घी विष-चिकित्सा

(१) लहसुन का लेप करने से आराम होता है ।

(२) बन्धे झंडीर पीस कर लगाने से भी फायदा होता है ।

### मक्खी-विष-चिकित्सा

(१) मक्खी पानी में पीस कर लगाने से पुन्नी आराम होती है ।

(२) सरपेंद जीरा और गोंट पानी में पीस कर लगाने से फायदा होता है ।

(३) काली और हल्दी पानी में पीस कर लेप करने से शिघ्र ही शक्ति हो जाती है ।

## कुछ चमत्कारिक औषधियां

एमोनिया—खाने का धुआ हुआ चूना एक भाग, नौसादर एक भाग इन दोनों चीजों को लेकर शीशी के अन्दर भर कर काग धन्द कर दो। फिर उसे हिलावो। इसीको एमोनिया कहते हैं यदि किसी स्त्री को भूत या खुडेल लगी हो और वह बड़े २ भाङ्गने फूंकने धालो के काबू में न आती हो तो इसके सुंघाने से अपूर्व चमत्कार मालूम होगा। अथवा यदि कोई आदमी बेहोश हो गया हो, उसके दाँत मिल गये हों, या डरके मारे पागल हो गया हो, अथवा किसी के दाँत या सिर में जोर से दब हो, तो इन सब मर्जों में एमोनिया से फायदा होता है।

भूतज्वर की दवा—दुरदुज की जड़ रोगी के कान में रखने से भूतज्वर धन्द हो जाता है।

नोट—दुरदुज को सूर्यमुखी भी कहते हैं।

अजीर्ण की दवा—नीबू के रस में केशर घोटकर कर चाटना चाहिये।

आधासीसी या पीनस की दवा—घी में केशर पीसकर सुंघाने से दोनों रोग आराम होते हैं।

मुंह के घाव या छाले की दवा—शीतल मिर्च और मिथी डाढ़ में रखकर उसका रस चूसने से आराम होता है।

प्रमेह की दवा—कवायचीनी को पीस कर उसमें शकर मिलादे। फिर दिन में चार बार फांककर ऊपर से शीतल जल पीये। इससे प्रमेह में फायदा होता है।

खोसी की दवा—अड़से के पत्तों का रस ६ माशा, शह ६ माशा, पीसा हुआ सांभर नोन १ माशा, इन तीनों को मिला कर जरा गर्म करलो फिर पीलो। शर्तिया खोसी में फायदा होगा।

शीत ज्वर की दवा—ककड़ी खाने के बाद ऊपर से थोड़ी सी खट्टी छालू (मट्ठा) पीकर सेंक करने से ज्वर उतर जायगा ।

बिष्ट की दवा—सत्यानाशी ( चिरचिड़ा ) की जड़ की छाल पान में रखकर खाने से बिष्ट उतर जायगा ।

अतिसार की दवा—प्याज के रस में जरासी अफीम मिलाकर खाने से अतिसार या पनले दस्त आराम हो जाते हैं ।

रतींधी की दवा—करेले के पत्तों के रस में काली मिर्च घिसकर आंजने से रोगी आराम होता है ।

डिप्थे की दवा—करेले के पत्ते, अदुने के पत्ते, नागरयेल के पान, और जामुन की छाल का बराबर २ रस निकाल कर मिलादे । इस रस में थोड़ा घिसकर थालक को पिलाये आराम होगा । होमियोपैथी में एकोनार्ड और प्रायोनिया देने से इस रोग में अपूर्ण फायदा होता है । परीक्षित है ।

ज्वरिल की दवा—सारे वदन में दफफड़ हो दफफड़ हो गये हों तो होमियोपैथी का 'एस्ट्रामेल' देने से थम-कान्क फायदा होता है ।

बूढ़ा वदन वाले फोंद की दवा—कड़वे नीम के पत्ते पोसकर इन्हें छद्द में मिलाकर लगाने से फायदा होता है । रामबाण है ।

सुजली की दवा—नीम के जले हुए पत्तों को मोठे तेल में लगाईये । अवश्य आराम होगी ।

बवासीर की दवा—नीम के बीजों को तेल में तलवाकर उसी में पीसलो । पिछे थोड़ासा नीला-धोया मिलाकर मलहम ऐसा बनालो । यह मलहम बवासीर के मरसों पर बहुत अच्छा है ।

रंजित की दवा—डोटी हरेड और सोंप को घी में भूनकर पीस लो । फिर मिश्री मिलाकर एक तोला रोजाना खाने से आराम होता है ।



## हरजन मौला

गुनी बगमौर की दवा—करेले के पत्तों का रस एक छोटी चम्मच भर निकालकर उसमें से आराम होता है ।

साधारण जुलाय—अरण्डी के तेल को पीने से साधारण जुलाय लगता है । इसकी २ तोले से ४ तोला और बालक को उम्र के माशा तक देना चाहिये ।

गले के दर्द की दवा—घनियां और मिथी ६

गंजा के घाल खाने की दवा—हाथी दांत के १ थकरी के दूध में मिलाकर लगाने से घाल आग

बालक की खांसी—घंशलोचन को पीसकर देने से बालक की खांसी मिट जाती है ।

आँव, रूत के दस्त की दवा—बेलगिरी, धाय सौंठ, नागरमोथा, इन्द्रजी इन सब को बराबर करलो फिर दवा की आधी मिथी उसमें मि खाने से आँव के दस्त आराम होते हैं ।

साँप या बिच्छू की दवा—सफेद कनेर की काटे हुए स्थान पर लगाने से शीघ्र ही आराम सब तरह के धिप उतारने की दवा—घाँ और काले घनुरे की जड़ को चाचल के ६ लगाने से या इसी को पिलाने से सब प्रब जाता है ।

नारु की दवा—कुचले का बीज और संधि कर लगाने से नारु आराम होता है ।

दाद की दवा—सौंठ, सुहागा और चन्च घिस कर दाद पर लगाने से शीघ्र ही आराम

अजीर्ण की दवा—घीते की जड़, सेंधा नोन, हरड़ और पीपल इन चारों दस्तुओं को बराबर लेकर पीस लें। इसको ३ मासे से ६ मासे तक खाकर ऊपर से गरम पानी पीने वाले का अजीर्ण नाश होकर उसे खूब भूख लगेगी।

मासिक धर्म रुकने की दवा—तिलों के काढ़े में गुड़ मिलाकर औरतों को पिलाने से उनका रुका हुआ मासिक धर्म फिर होने लग जाता है। इस रोग में अपूर्य चमत्कार देखना हमारे होमियोपैथी का एसेटिला देकर देखिये।

नोट—एसेटिला ३० सॉकि का देना चाहिए।

पेट के कीड़ों की दवा—अरण्डों के तेल में गीमूत्र मिलाकर पीने से पेट के कीड़ों का नाश हो जाता है।

एक पेशाब रुकने की दवा—चूटे की मिगनी और बलमी शोरा पानी के साथ सिलवर पीस कर लुगदी बना लो। फिर उस लुगदी को पेट पर गाढ़ा २ हफ्त बन्दो। शीघ्र ही पेशाब हो जायगा।

पायु गोल की दवा—भाटा में सेंधा नोन और अजवायन मिलाकर पीने से गोला चाराम हो जाता है।

सूनी त्रांसी की दवा—तिल और मिथी का काढ़ा पीना चाहिए।

जुकाम की दवा—धुनी और पीसी हुई बालों मिचं शहद के साथ घाटने से जुकाम चाराम हो जाता है।

मोतीगर की दवा—लौंग को पानी में औंटाकर वही पानी पिलाने से पायदा होता है।

पित्तगर की दवा—धनिया के काढ़े में मिथी मिलाकर पीने से चाराम होता है।

खुनी बवासीर की दवा—करेले के पत्तों का या करेले ही का रस एक छोटी चम्मच भर निकालकर उसमें शकर मिला पीने से आराम होता है ।

साधारण जुलाब—अरएडी के तेल को गाय के दूध पीने से साधारण जुलाब लगता है । इसकी खुराक जघान के २ तोले से ४ तोला और बालक को उम्र के अनुसार ४ से १ माशा तक देना चाहिये ।

गले के दर्द की दवा—घनियां और मिथी खवाईये ।

गंजों के बाल आने की दवा—हाथी दांत के बुरादे की राख बंधकरी के दूध में मिलाकर लगाने से बाल आजाते हैं ।

बालक की खांसी—घंशलोचन को पीसकर शहद के साथ देने से बालक की खांसी मिट जाती है ।

आँव, सूत के दस्त की दवा—बेलगिरी, धायके फूल, मोचर सोंठ, नागरमोथा, इन्द्रजौ इन सब को बराबर मिलाकर चू करलो फिर दवा की आधी मिथी उसमें मिलालो । यह चू खाने से आँव के दस्त आराम होते हैं ।

सांप या बिम्बू की दवा—सफेद कनेर की जड़ को घिसकर काटे हुए स्थान पर लगाने से शीघ्र ही आराम होता है ।

सब तरह के बिप उतारने की दवा—घांभककोड़े की जड़ और काले धतुरे की जड़ को चावल के धोवन में घिसकर लगाने से या इसी को पिलाने से सब प्रकार का बिप उ जाता है ।

नाक की दवा—कुचले का बीज और संखिया पानी में धि कर लगाने से नाक आराम होता है ।

दाद की दवा—सोंठ, सुहागा और चन्दन इन तीनों घिस कर दाद पर लगाने से शीघ्र ही आराम होता है ।

अजीर्ण की दवा—घीते की जड़, सेंधा नोन, हरड़ और पीपल इन चारों वस्तुओं को बराबर लेकर पीसलें। इसको ३ मासे से ६ मासे तक खाकर ऊपर से गरम पानी पीने वाले का अजीर्ण नाश होकर उसे खूब भूख लगेगी।

मासिक धर्म रुकने की दवा—तिलों के काढ़े में गुड़ मिलाकर औरतों को पिलाने से उनका रुका हुआ मासिक धर्म फिर होने लग जाता है। इस रोग में अपूर्व चमत्कार देखना होनी होमियोपैथी का पल्लेटिला देकर देखिये।

नोट—पल्लेटिला ३० शक्ति का देना चाहिए।

पेट के कीड़ों की दवा—अरण्डो के तेल में गीमूत्र मिलाकर पीने से पेट के कीड़ों का नाश हो जाता है।

रुका पेशाब रुकने की दवा—चूहे की मिंगनी और कलमी शोरा पानी के साथ सिलवर पीस कर लुगदी बनालो। फिर उस लुगदी को पेड़ पर गाढ़ा २ छेप करदो। शीघ्र ही पेशाब हो जायगा।

घायु गोला की दवा—माठा में सेंधा नोन और अजवायन मिलाकर पीने से गोला आराम हो जाता है।

खूखी खांसी की दवा—तिल और मिथी का काढ़ा पीना चाहिये।

जुकाम की दवा—छनी और पीसी हुई काली मिर्च शहद के साथ चाटने से जुकाम आराम हो जाता है।

मोतीज्वर की दवा—लौंग को पानी में औंटाकर धही पानी पिलाने से फायदा होता है।

पित्तज्वर की दवा—घनिया के काढ़े में मिथी मिलाकर पीने से आराम होता है।

पेशाब में जलन की दवा—तरबूज के पाय भर पानी में सपे जीरा और मिथी मिलाकर पीने से जलन बंद होती है।

प्रदर की दवा—केले के पत्ते महीन पीसकर दूध में उबाल कर बनाकर खाने से प्रदर रोग में फायदा होता है। चमक देखना होतो होमियोपैथी का ओहाटेस्टा देकर देखिये।

शृंगी की दवा—केयड़े की बाल का चूरा सुंघने से शृंगी में आराम होता है।

कान के दर्द की दवा—गोमूत्र को गर्म करके कान में टपक से दर्द मिट जाता है।

नकसीर की दवा—रुमीमस्तगी को मिर्ची के साथ मिला खाने से बहुत फायदा होता है। गाय के ताजे घृत को न में टपकाने से आराम भी होता है।

हिचकी की दवा—गरम २ गाय का घी पिलाने से हिच बंद हो जाती है।

पांडुरोग की दवा—नित्य सबेरे गोमूत्र कपड़े में छानकर या ४१ दिन पिलाने से पांडुरोग को आराम होते देखा है।

वमन बंद करने की दवा—हरड़ों का पीसा-बुना चूर्ण शहद मिलाकर च्वाटने से वमन होना बंद हो जाती है।

उन्माद रोग की दवा—बिना पकी चिरमटी दूध के साथ पीने से आराम होता है।

आग से जले-हुए की दवा—चूने के ऊपर का निथरा हुआ पानी और अलसी का तेल लगाने से शान्ति होगी।

आँख की जलन की दवा—औरत के दुध में रुई का फाया भिगोकर आँख पर रखने से बन्द होती है।

फोड़ा बँधाने की दवा—बिना चुपड़ा रुखा पान सेककर बांधने से फोड़ा बैठ जाता है।

कमर के दर्द की दवा—लस २ और मिथी मिलाकर दो तोले रोज खाने और ऊपर से गरम किया हुआ दूध पीने से कमर का दर्द आराम होता है ।

जहरी जानवरों के विष के उतारने की दवा—छटाक भर गाय के घृत में आधा पाव सेंधा नोन पीसकर मिलाना चाहिये । फिर रोगी को खिलाना चाहिये अवश्य आराम होगा ।

चर्मरोग की दवा—नीम, गुड़ हरड़, आँवले और पावची चार २ तोले लो सोंठ, धायचिड़ंग, पमार के बीज, पीपर अजवायन, यछ, जीरा, कुटकी सफेद कत्था, सेंधा नोन, जवा-  
हार, हल्दी, दारुहल्दी, नागरमोथा, देवदार ये सब एक २ तोला लो । फिर कूट पीसकर इनका चूर्ण बनालो । इस चूर्ण को रोज गिलोय के काढ़े के साथ पीने से चर्म सम्यन्धी सब रोग शर्तिया आराम होते हैं ।

भरचि की दवा—मनिहारी नमक का चूर्ण, शहद और अनार का रस मिलाकर खाने से अवश्य अरुचि बन्द हो जायगी ।

मुँह की साँझ की दवा—घड़का दूध और पिसी हुई हलदी दोनों को मिलाकर मुँह पर मलने से भाँई मिट जाती है ।

गले के दर्द की दवा—धनिया और मिथी चयाने से दर्द मिटता है ।

सोड़ाक की दवा—चन्दन का तेल एक तोला विरोजे का तेल १ तोला । चन्दन और विरोजे के तेल को मिलाकर २० घुँद रोज चीनी के साथ या घताशे में मिलाकर खाओ ऊपर से ताजा दूध पीओ । ऐसा करने से बहुत शीघ्र ही सोड़ाक आराम हो जायगा ।

हँजे की दवा—आक की जड़ दो तोला उसमें २ ही तोला अदरक का रस छोड़दो फिर खरस में इन दोनों मिश्रित चीजों

## हरपून मौला

को गूँघ घोटों जय घुटते २ गोला घनने ल  
घोटों गोल मिर्च के बराबर गोलीयाँ घना ह  
तीन घंटे में रोगी को एक २ गोला देने से घ  
होता है। हँजे के लिये होमियोपैथी की मश  
एलियम" है।

पसली के दर्द की दवा—सिंदूर को शहद में मिलाकर एक  
कपड़े पर उसका लेप करो फिर उस कपड़े को जहाँ पसली  
दुखती हो चिपाफादो। चिपकाने के पश्चात् सिलगते हुए कों  
से उसे तपाओ। इससे शीघ्र ही पसली का दर्द धारम  
होता है।

खुजली की दवा—शुद्ध गंधक ६ ड्राम, फिटफरी २ ड्राम,  
शोरा १० ग्रैन, नरम सायन ६ ड्राम, आयल वर्ग मेंट ५ बॉट,  
सुअर को चर्बी २ थॉस, इन सब को मिलाकर खरल में घोट  
लो। यह मलहम खुजली पर रामवाण है। दवा लगाने के  
पहले घाय को गरम जल से धो लेना आवश्यक निय है।  
पेट की दवा—अजयायन का सत और नमक खाने से धारम  
होता है। होमियोपैथी में आदमियों के लिये "कोलोसिन्य"  
और स्त्रियों के लिये "कैमोमिला" अपूर्व दवा है।

खटमल की दवा—जिस पलंग में खटमल हो उसमें छाई  
और गंधक की धूनी देने से जाते रहते हैं। फिर कमो नहीं होते  
मक्खी की दवा—अकरकरा तीन माशे, गंधक दो माशे, नर-  
मेस की जड़ चार माशे इन तीनों के चूर्ण को पा-  
देवालों पर छिड़कन से मक्खियाँ नहीं आती। तो में घोलकर  
अजीर्ण की दवा—आम के अजोर्ण पर दूध खरबूजे के  
जीर्ण पर शरबत, केले पर इलायची, उर्द पर हींग, घी पर  
ग, रामवाण है।

तिथी और पोश की दवा—गचारपाठे के गुदा को हल्दी में लपेटकर एक तोला भर रोज सात दिन खाने से आराम होता है।

होमियोपैथी में “आर्निका” इसके लिये उत्तम दवा है।

होंठ फटने की दवा—घी और सेंधा नोन मिलाकर नाभि पर लगाने से फटे हुए होंठ अच्छे हो जाते हैं।

गर्मी की दवा—शुद्ध मेन्सल सात तोला को १४ तोला मुनक्का के साथ घोटकर एक २ तोले की गोलियां बना लो। इसमें एक गोली रोजाना खाने से २१ दिन में भयंकर गर्मी भी आराम हो जाती है।

नोट—लाल भिर्च, छटाई, और गर्म चीजें न खाना चाहिये होमियोपैथी में “सिफीलार्निम” और मरफ्युरियस इसकी मशहूर दवाइयें हैं।

सोने बदन की दवा—अण्डवृद्धि यदि होगई हो तो छोटी इन्द्रायण को जड़ को लाकर पीसो जब महीन हो जाय तब उसे अण्डाई के तेल में घोटो। इस लेप को दिन में दो तीन बार पोतों पर लगाओ इसके अतिरिक्त इसी इन्द्रायण का चूर्ण २ मासे खंखरे और २ मासे शाम को गाय के दूध के साथ लेपन करो। अवश्य लाभ होगा।

मकल छल की दवा—मक्का हरी को धसा जनने के बाद बगी २ हृदय, शरीर, और पेड़ में बड़ा भयंकर गुल हुआ करता है। उस समय जयाज्वर के चूर्ण को गरम जल के साथ देने से गुल आराम हो जाता है।

गर्भवती की अतिस्त—गर्भवती को यदि बहुत दस्तें लगती हों तो उसे पट्टियां मारंगी का शरबत एक तोला देने से फायदा होता है।



## हरफन मौला

को खूब घोटो जय घुटते २ गोली बनने लायक हो जायत छोटी गोल मिर्च के बराबर गोलियाँ बना लो। दो दो या तीन तीन घंटे में रोगी को एक २ गोली देने से चमत्कारिक फायदा होता है। हैजे के लिये होमियोपैथी की मशहूर दवा "हेरेट्म-एलवम" है।

पसली के दर्द की दवा—सिंदूर को शहद में मिलाकर कपड़े पर उसका लेप करो फिर उस कपड़े को जहाँ पस दुखती हो चिपाकाओ। चिपकाने के पश्चात् सिलगते हुए व से उसे तपाओ। इससे शीघ्र ही पसली का दर्द आरा होता है।

खुजली की दवा—शुद्ध गंधक ६ ड्राम, फिटकरी २ ड्राम, शोरा १० ग्रेन, नरम साबुन ६ ड्राम, आयल वर्ग मेंट ५ बंद, सुअर को चर्बी २ औंस, इन सब को मिलाकर खरल में घोट लो। यह मलहम खुजली पर रामबाण है। दवा लगाने के पहले घाव को गरम जल से धो लेना आवश्यकीय है।

पेट की दवा—अजवायन का सत और नमक खाने से आरा होता है। होमियोपैथी में आदमियों के लिये "कोलोसिन्थ" और स्त्रियों के लिये "कैमोमिला" अपूर्व दवा है।

खटमल की दवा—जिस पलंग में खटमल हों उसमें झाड़ और गंधक की धूनी देने से जाते रहते हैं। फिर कभी नहीं होते मक्खी की दवा—अकरकरा तीन माथे, गंधक दो माथे, नर गिस की जड़ चार माथे इन तीनों के चूर्ण को पानो में घोलकर दिवालों पर छिड़कन से मक्खियाँ नहीं आती।

अजीर्ण की दवा—आम के अजीर्ण पर दूध, खरबूजे के अजीर्ण पर शरबत, केले पर इलायची, उर्द पर होंग, घी पर चना, रामबाण है।

तिली और बोंस की दवा—गवारपाठे के गुदा को हल्दी में लपेटकर एक तोला भर रोज सात दिन खाने से आराम होता है।

होमियो पैथी में “आनिंका” इसके लिये उत्तम दवा है।

होंठ फटने की दवा—घी और सँधा नोन मिलाकर नाभि पर लगाने से फटे हुए होंठ अच्छे हो जाते हैं।

गर्मी की दवा—गुज्ज मेन्सल सात तोला को १४ तोला मुनक्का के साथ घोटकर एक २ तोले की गोलियाँ बना लो। इसमें एक गोली रोजाना खाने से २२ दिन में भयंकर गर्मी भी आराम हो जाती है।

नोट—लाल भिर्च, फटाई, और गर्म चीजें न खाना चाहिये होमियोपैथी में “सिफांलार्निम” और मरपयुरियस इसकी मशहूर दवाइयें हैं।

पांते बटने की दवा—अण्डवृद्धि यदि होगई हो तो छोटी इन्द्रायण की जड़ को लाकर पोंखो जय महीन हो जाय तब उसे अरण्डी के तेल में घांटो। इस लेप को दिन में दो तीन बार पोतों पर लगाओ इसके अतिरिक्त इसी इन्द्रायण का चूर्ण २ मासे संधरे और २ मासे शाम को गाय के दूध के साथ सेवन करो। अथर्व लाभ होगा।

मच्छर चुह की दवा—मरूता हरी को धसा जगने के बाद कभी २ हृदय, शरीर, और पेड़ में बड़ा भयंकर शूल हुआ करता है। उस समय जवाहार के चूर्ण को गरम जल के साथ देने से शूल आराम हो जाता है।

गर्भपात की भविष्य—गर्भपाती को यदि बहुत दस्त लगती हो तो उसे पड़िया मारंगी का शरबत एक तोला देने से फायदा होता है।

# ३६ दूसरा अध्याय

## आचार शास्त्र

शारीरिक मानसिक और आत्मिक स्वास्थ्य में आरोग्य शास्त्र की अपेक्षा भी आचार शास्त्र ध्यान देना अधिक आवश्यक है। बिना सदाचार के इहलौकिक और परलौकिक सुख और शान्ति की रक्षा कर सकता। जो लोग आस्तिक हैं—परलोक को मानते हैं उनके लिए तो सदाचार अनिवार्य है हो पर जो नास्तिक हैं—परलोक को नहीं मानते हैं उनके लिए भी सदाचार का पालन आवश्यक है। ऐसे लोग भी शारीरिक स्वास्थ्य, सामाजिक उन्नति और आत्म-प्रतिष्ठा के इच्छुक हैं जो कि बिना सदाचार के मिल नहीं सकती।

सदाचार क्या है ?

यह प्रश्न बड़ा ही बिकट है। आज तक सदाचार एक निश्चित स्वरूप दुनिया के अन्तर्गत किसी ने आविष्कार नहीं किया। ऐसा स्वरूप जिसे सब देश और सब जगह के मुक्तकण्ठ से स्वीकार कर लें। सब स्थानों पर काल और परिस्थिति के अनुसार सदाचार का स्वरूप निर्दिष्ट

\* इस विषय की विशेष जानकारी के लिये बाबू गोविन्दन लाल त्रिपाठी 'नीति विज्ञान' पद्विधे मिलने का पता—शांति मन्दिर मानपुरा (H. S.)

किया गया है जो कि समय २ पर परिधर्षित होता रहता है। एक अंग्रेज शराब पीने के अन्तर्गत कुछ भी दुराचार नहीं समझता, पर मुसलमानों के कुरान के अनुसार यदि कोई शराब पीले तो उसे गले तक जमीन में गाड़ दिया जाता है। इसी प्रकार एक अंग्रेज़ रमणी अपने पति के जीते जी उसे तलाक देकर दूसरा पति कर सकती है। पर यही बात एक हिन्दू ललना के लिए असम्भव है। और देशों की बात छोड़ लीजिए केवल भारतवर्ष ही में देखिए। यज्ञाल का ब्राह्मण गौक से मछली खा सकता है पर राजपूताना, आदि के ब्राह्मण मछली के नाम को सुनते ही राम राम कह कर दूर हो जायेंगे। इसी प्रकार नवीन सुधारक दल के सदस्य समाज की आधुनिक परिस्थिति की अपेक्षा से "विधवा-विवाह" "अछूत उद्धार" "जातिपांति-भङ्ग" आदि बातों को सदाचार में शुमार करेंगे। पर इसी को पुराने लोग दुराचार कहेंगे कहने का मतलब यह कि सदाचार का एक निश्चित स्वरूप आज तक दुनिया में किसी ने निश्चित नहीं किया आज तक सदाचार "अपेक्षा कृत" रूप ही में चल रहा है।

फिर भी सदाचार का उद्देश्य एक ही है। भिन्न २ देशों के विद्वानों में मार्ग भिन्नता होते हुए भी उद्देश्य भिन्नता नहीं है। सदाचार की निम्नांकित परिभाषा से प्रायः सब लोग सहमत हैं—

"जो आचार मनुष्य प्रकृतिगत निर्वलताओं पर संयम कर के व्यक्ति के नैतिकचरित्र की रक्षा करते हुए समाज के पुण शान्ति और स्वास्थ्य की वृद्धि करता है तथा जो आचार समाज के धायु-मण्डल में प्रेम, मैत्रीभाव और स्थायीनता की भावनाएं उत्पन्न करता है वही सदाचार है।"

इन्हीं सब बातों पर लक्ष्य रखते हुए हमारे प्राचीन

आचार्यों ने अपनी स्मृतियाँ बनाईं। मनुस्मृति, पराशर स्मृति आदि कई भिन्न-२ स्मृतियों में आचार शास्त्र का वर्णन है। इसके पश्चात् मुसलमानी काल में लोगों ने और भी स्मृतियाँ गढ़ डालीं। हम ऊपर लिख आये हैं कि कई आचारों जैसे होते हैं तो देश, काल की पर्याप्त न करते हुए हम एक ही रूप में रहते हैं। पर बहुत से ऐसे भी आचार हैं समय २ पर परिवर्तित होते रहते हैं। ऐसे आचारों विषय में जो बातें पुरानी स्मृतियों में कहीं हैं वे आज मान नहीं हो सकतीं। जैसे स्त्रियों की स्वाधीनता के विषय में स्मृति में सख्त विरोध किया गया है। (पितारक्षति कौम ..... न स्त्री स्वातंत्र्य महान्ति आदि।) पर आजकल के काल यह बात लघुश में माननीय नहीं हो सकती। इसी प्रकार विधवा-विवाह, अश्रुत उद्धार आदि बातों के विषय में कहा जा सकता है।

### आचार के आडम्बर से हानि

जिस प्रकार आचार के शुद्ध स्वरूप से मनुष्य की नैतिक और शारीरिक उन्नति होती है, उसी प्रकार आडम्बर आचार से मनुष्य की भयङ्कर नैतिक हानि भी होती है। इस प्रकार की हानि आज भारत के कोने २ में दृष्टिगोचर हो रही है। इसी आडम्बर के फल स्वरूप लाखों खण्ड मुसण्ड साधु जो धर्म की टांग भी नहीं जानते, आज समाज पर भार स्वरूप होकर काल यापन कर रहे हैं। धर्माचार्यों की गदियाँ कितने उच्च उद्देश्यों को लेकर स्थापित की गई थीं, और जहाँ तक वे अपने शुद्ध आचार में रही वहाँ तक उनसे समाज को कितना लाभ होता रहा, पर जब से उनमें से शुद्ध

ग़ाचार नष्ट होकर आचार का आडम्बर घुसा तभी से समाज की कितनी भयङ्कर हानि हो रही है ?

हमारे तीर्थ स्थानों की दशा देखिए। इसी आचार के आडम्बर के कारण यहाँ कितना अन्याय और अत्याचार होता है। हमारे पास यहाँ पर इतना स्थान नहीं कि हम इन सब अत्याचारों का स्पष्ट चित्र खींच सकें। फिर भी इतना अवश्य कह सकते हैं कि जितना अनाचार और व्यभिचार इन तीर्थ-स्थानों में होता है उतना किसी दूसरे स्थान पर न होता होगा। कितने उद्य उद्देश्य को लेकर तीर्थ स्थानों की रचना की गई थी। उनके अन्तर्गत रहने वाले परहों या जीवन कितना उद्य रहता था। पर आज क्या स्थिति है। ये लोग धर्म कर्म का स्वरूप तो कुछ जानते नहीं, केवल धर्म और तीर्थों के ठेकेदारों की तरह मुसाफिरों और यात्रियों के गले पड़ते हैं और बेन, बेन, प्रकारेण-भरसक उपायों से, उनसे अधिक से अधिक पैसा हड़पने की कोशिश करते हैं। बहुत कम लोग इनमें से सदाचारी होते हैं बाकी अधिकांश लोग व्यभिचारी और गुण्डे होते हैं। लेकिन यह सब दोष इन लोगों का नहीं। आचार के आडम्बर का है। भारतीय जनता इन लोगों के वरिष्ठ पर इन लोगों के भ्रान पर ध्यान नहीं देती यह तो उन्हें मुक्ति का ठेकेदार समझ कर मुक्ति के लोभ से इनको पैसा चुटाती है। व्यवस्था भी वैसी भ्रष्टाचार है, कोई जीवन में लाखों पाप करले, चोरी, जाली, व्यभिचार, दगाबाज़ी आदि घृणित से घृणित काम करले पर गंगाजी में जाकर इन परहों के द्वारा नहाये कि बस उनके लिए मुक्ति का द्वार खुल गया। कहाँ तक लिये इस प्रकार के सैकड़ों आडम्बर हमारे समाज में प्रचलित हैं। समुद्रयात्रा आदि के विषय में भी इसी ढङ्ग

की बातें कही जा सकती हैं। जैनियों के अहिंसा-धर्म को लीजिए, उसका असली स्वरूप कितना शुद्ध और उज्ज्वल है? पर आज उसमें भी कितना आडम्बर घुसा हुआ है। चींटों और मकोड़ी तक की रक्षा करने वाले जैनी आत्र तीनों क्षेत्रों के घहाने-निर्जीव मूर्तियों के पीछे अपने सच्चे भाइयों की आत्माओं को कितना कष्ट पहुँचा रहे हैं। ११ मूर्तियों के पीछे वे लाखों रुपये जीव-हिसकों की जेबें पहुँचा रहे हैं। इसी प्रकार आठ २ वर्ष की लड़कियों का विवाह कर के समाज में कितनी विधवाओं की संख्या बढ़ रहे हैं तथा कितनी स्रृणहत्याओं के कारण बन रहे हैं। यदि कोई उनके सामने उन विधवा-बालिकाओं की जिनकी व्यवस्था का प्रस्ताव रखता है तो कानों पर हाथ लगाते हैं। यह आचार का आडम्बर नहीं तो क्या है?

जो लोग अपना तथा देश का उद्धार करना चाहते हैं उन्हें चाहिए कि इन आडम्बरों से दूर रह कर शुद्ध आचार को ग्रहण करें।

### आचार के कुछ साधारण नियम

#### अहिंसा

संसार में अनन्त प्राणी हैं। इन सब प्राणियों की प्रकृति गत कुछ अधिकार मिले हुए रहते हैं। दास बन जीवित रहने का अधिकार सब प्राणियों की प्रकृति की ओर से मिल हुआ रहता है। प्रकृतिगत इन अधिकारों में हस्तक्षेप करने का किसी को अधिकार नहीं है। इन अधिकार में हस्तक्षेप करने ही को हिंसा कहते हैं। पर हमारे साथ ही जीवित जन्तु का नियम रख कर प्रकृति ने इस नियम में बड़ी बान

डाल दी है। इसी नियम के कारण एक प्राणी दूसरे प्राणी को अपना भक्ष्य समझता है और प्राणियों में तो यह बात स्वभावतः ही रहती है क्योंकि उन्हें भले बुरे का तथा पाप, पुण्य का ज्ञान नहीं रहता। पर मनुष्य जाति के लिए यह ज्ञान अवश्य ही बड़े कलङ्क की है। क्योंकि प्रकृति ने उसे ज्ञान दिया है। खास कर उन लोगों के लिए तो यह बात और भी सज्जापूर्ण हो जाती है जो आत्मा के अस्तित्व को मानते हैं यदि हमारे किसी अङ्ग पर कोई चाकू मार दे तो हमें उस चोट से कितना अधिक कष्ट होगा। इस ज्ञान को प्रत्येक मनुष्य जानता है। यदि हमारे इसी अनुभव को तमाम प्राणियों के ऊपर जांचे तो उसका भी वही परिणाम निकलेगा, जो हमारे अनुभव में आया है। क्योंकि हमारी ही तरह वे भी आत्मा और अनुभव करने की शक्ति रखते हैं ऐसी स्थिति में यदि नैतिक दृष्टि से देखा जाय तो हमें उनके अधिकारों में किसी प्रकार का हस्तक्षेप करने का अधिकार नहीं है। क्योंकि वे भी हमारी ही तरह जीने का अधिकार रखते हैं। उन नैसर्गिक अधिकारों में हस्तक्षेप करना एक भयङ्कर नैतिक पाप है। और खास करके अपने भोजन के लिए—अपने स्वाद और व्यक्तिगत स्वार्थ के लिए उनके आर्तनाद या, उनकी कष्टपूर्ण दृष्टि का, और उनकी भयङ्कर यन्त्रणा का कुछ खयाल न कर के उनके गले पर छुरी फेर देना यह तो ऐसा भयङ्कर पाप है जिसे प्रकृति कभी क्षमा नहीं कर सकती।

अब यदि स्वास्थ्य की निगाह से देखा जाय तो भी हिंसा बड़ी घातक मालूम होगी। कई बड़े डाक्टरों के अन्वेषण से यह बात सिद्ध हो चुकी है कि मांसाहार मनुष्य को तमोगुणी



क्रोधी, दुष्प्रवृत्तियों से युक्त और मनुष्यत्वविहीन बनने वाला है। इससे मनुष्य की बुद्धि मन्द, चेहरा भयङ्कर और आत्मा कलुषित होती है। अतः जो मनुष्य निर्मल बुद्धि, उत्तम स्वास्थ्य और सात्विक वृत्तियाँ चाहता है उसे मांसाहार से बचना चाहिये।

यहाँ इस ध्यान का पूरा खयाल रखना चाहिये कि सदाचार उस अहिंसा की शिक्षा नहीं देता, जो मनुष्य को कायर, अकर्मण्य और आलसी बनाती है। यदि जङ्गल में हमारे घर कोई शेर भ्रष्ट कर आये, या हमारे घर में कोई घुसकर हमारी खियों पर हाथ डाले तो उस समय अहिंसा का नाम लेकर घुप चाप बैठ जाना महा पाप है। ऐसी स्थिति में उस शेर को या उस दुष्ट को उचित सजा देकर अपनी या अपनी खियों की रक्षा करना ही उचित है। इसी प्रकार यदि कोई आतमी हमारे देश पर या हमारे ग्राम पर आक्रमण करे तो उस समय भी अहिंसा का दुहाई न देकर उसका सामन करना चाहिये। ऐसी स्थिति में भावों के अन्दर देशभक्ति या ग्रामरक्षा की निर्मल भावनार्यें रखते हुए जो हिंसा होती है उसमें हिंसा जन्य पाप नहीं लगता।

सदाचार उसी हिंसा से बचने का आदेश करता है जो दुष्ट भावों को रख कर अपनी स्वार्थ सिद्धि के लिए किसी निर्दोष प्राणी की जाती है। या जिसमें हमारी आत्मा कलुषित होती हो।

सत्य

सत्य बोलना मनुष्य के लिए कितना आवश्यक है यह बतलाने की आवश्यकता नहीं। सत्य बोलने से मन निर्मल, आत्मा शुद्ध और हृदय प्रसन्न रहता है। पर ऐसी स्थिति में

तब कि, देश पर कोई भयदूर आपत्ति आ रही हो, या काम ज्यादा कमयाय से किसी की जान जानो हो, यदि कुछ माफ़ी को सब कर कुछ नम्य वा क्षपणाप कर दिया जाय तो उसमें कोई दोष नहीं। पर उसका उद्देश्य पथिन्न होना चाहिये।

### अचौर्य

हरकी उपयोगिता सब कोई जानते हैं। बड़े लोंग पाप के हर से, बड़े इज्जत की हर से, और बड़े लज्जा के हर से हारो (खोरी) बचते हैं। पर जो लोग यह सब जानते हुए भी इस बाध्य में प्यरत हैं उन्हें इस बर्मे से अवश्य बचना चाहिये। इस बर्मे के काने पाले की आत्मा को कभी शान्ति नहीं मिलती।

### मद्रक्ष्य

इस विषय पर प्राचीन काल से लेकर आज तक बहुत कुछ लिखा गया है। संविन विर भी हम देखते हैं कि भारत-वर्ष में आज भी सबसे अधिक आवश्यकता इसी मन के पालन करने की है। इस देश में आज बल श्रिन्ता मद्रक्ष्य का माय हो रहा है उसे देख कर आत्मा धरो उठती है। इस मद्रक्ष्य-माय के कारण आज हमारे देश के मधुसूदन, पिर लोंग, और बमजोत रहते हैं। बाल्यकाल समस्त होने न होने उन्हें बुझाया जाकर देर लेता है। बाल्यकाल उदासों के मज से वे बहिन हो रहते हैं। इस बुझा के मूल कारण दो हैं पहला तो सामाजिक दुर्गन्धकाल और दूसरा अहित।

हमारे हिन्दू साम्राज्य में हर ६ बारह ६ वर्ष के लड़कों का और आज ६ हर ६ वर्ष की लड़कियों का, दिया उनके दोहन के बिना ही रह रहे, दिया कर दिया जाना है उन्हें एक बन्ने

में सोने के लिए भेज दिया जाता है। उन्हें कामकाज सब प्रकार की शिक्षाएँ कुछ तो उनकी मित्रमण्डली दे हैं और कुछ उनके कुटुम्बी अपनी क्रियाओं से दे देते फिर क्या है, खराब संस्कारों में तो वे पले हुए रहते हैं भट अपने ब्रह्मचर्य्य को भ्रष्ट कर देते हैं। वे अपने शरीर जौहर को बिना परिपक्व हुए ही खर्च करने लग जाते जिससे बहुत ही शीघ्र वे दुर्बल, अशक्त और निर्जीव से जाते हैं। सोलह सत्रह वर्ष के होते न होते उनके एक दुर्ल निस्तेज और अधूरी सन्तान हो जाती है। यस फिर क्या यचपन में ही उन्हें माता, पिता कहलाने का गौरव प्राप्त जाता है। और उनके माता पिता अपने पौत्र, पौत्री को न कर आँखें ठण्डी (?) कर लेते हैं। इस प्रकार समाज लाखों कच्ची फलियें जिलने के पूर्व ही मसल दी जाती एक लेखक लिखते हैं—

“हमारे बालकों में क्षात्र तेज है, धन की सी दृढ़ता प्रकाशमान बुद्धि है, वे सब कुछ कर सकते हैं यदि प्रतिवर्ष हज और लाखों की संख्या में विवाह की घेदी पर उनका बलि न किया जाय ?”

अब दूसरा कारण सुनिए हमारे बालकों को ऊँचे की शिक्षा तो दी नहीं जाती। भारत में सौ में से केवल एक व्यक्ति अक्षर ज्ञान रखते हैं। माता पिता तो उनका धि कर देना ही अपना सबसे बड़ा कर्त्तव्य समझते हैं और जिम्मेदारी को पूर्ण कर फारिक हो जाते हैं। शिक्षा के द्रन से वे नवयुवक घुरी सोसायटी में पड़ जाते हैं और अपने त से भ्रष्ट होकर पैदागामी या परछीगामी हो जाते हैं, या घर की छी पर ही मनमाना अत्याचार करते हैं। उस सन

ने अपने और अपनी स्त्री के स्वास्थ्य का कुछ भी खयाल नहीं रखते। जिसके फल स्वरूप दोनों ही बीमार हो जाते हैं। पुत्र्य को मधुमेयता, मुजाक और गर्मी आकर मरती है और स्त्री मद्यमादि रोग से ग्रसित हो जाती है। फिर वे नाश प्रकार की बोकेंन आदि मशीनों और कामासेजक यंत्रों मारते हैं जिससे उनका बड़ा बड़ा संसार मुल भी भए हो जाता है। और वे या तो अनमय में हो बाल के प्राय हो जाते हैं या गुरे की तरह मुक्त शक्ति विहीन छए जिन्दगी बिताने है।

यह तो इसकी शारीरिक हानियों का वर्णन हुआ। प्राद-बायें-बिहीनता का भौतिक परिणाम भी बहुत बुरा होता है। इससे आत्मा कलुषित, मन अग्ररित और बुद्धि छए हो जाता है। अतएव जो लोग उत्साह और शक्तिमय जीवन बिताना चाहते हैं उन्हें यादिये कि ये किसी भा प्रकार के दबिचार से सम्बन्ध न रखें। बरें लोग कहते कि हम पगारें त्रियों को मारना और बदन के समान समझते हैं। अतः हमें दबि-चार जितन होय नहीं लगता। येमे लोग शायद यह कहें तनये कि बंवल पगारें त्रियों से विषय करने हो को दबि-चार नहीं कहने, अपनी स्त्री से भी यदि नियम और आदर-पना से विषय विषय बि पा जायगा तो वह भी दबिचार में उमार बि पा जायगा।

अतएव अपने जीवन को शक्ति और शरीर के सुख चाहते हाने मयेव मधुमेय को निवारित विद्यों पर ध्यान देना चाहिए—

रति मन्त्रार्थ नियम

(1) एक दोस दरे को आयु होने के पहले पुरर को और और दरे को उम होने के पहले स्त्री को इस दिन से दबद

चाहिए। इससे कम उम्र में मनुष्य का वीर्य कटा रहत है।  
अतः वह संभोग के योग्य नहीं होता।

(२) विवाह हुए के पश्चात् पशुओं की तरह जब प्रेमा  
हो तभी मनुष्य को इस क्रिया में अस्त न होना चाहिए ऐसा  
करने वाले मनुष्य को शीघ्र ही नपुंसकता आकर घेरती है।  
जो दिनों में महीने में अधिक से अधिक सात बार, गर्मी में दो बार  
और बरसात में तीन बार से अधिक इस कार्य में व्यस्त  
होना चाहिए। नहीं तो शीघ्र ही बुढ़ापा आकर घेर लेता है।

(३) रति के पश्चात् तुरन्त औटा हुआ दूध मिथी नित  
कर पीना चाहिए इससे गया हुआ बल तुरन्त लौट आता है।

(४) कई नादान लोग अफीम, भस्म, आदि नशीली चीजों  
से धीर्य का अस्वाभाविक स्थम्भन करते हैं यह कार्य वा  
ही भयङ्कर है इन क्रियाओं से पथरी, जुकाफ, आदि वा  
बीमारियाँ हो जाती हैं तथा धीर्य सूख जाता है।

(५) रजस्वला, गर्भवती, प्रसूता, वैश्या और परतनी के  
संसर्ग से प्रत्येक मनुष्य को बचना चाहिए।

(६) हस्त क्रिया, विपरीत और अनेकगुणक मैथुन से प्रत्येक  
नवयुवक को बचना चाहिए।

(७) विवाहित लोग यदि जाड़े के दिनों में वाङ्मन  
औपधियों का सेवन करें तो अच्छा है। ऐसी कुछ औपधियाँ  
पहले लिखी जा चुकी हैं।

इन नियमों पर अमल करनेवाले मनुष्य स्वस्थ, शीतल  
औपधियों और दीर्घायु साक्षात् को प्राप्त करते हैं।

अपारिग्रह

परिमह का दूसरा नाम "पित्तानिना" है अधिक पित्तानिना  
पूर्ण सामग्रियों का व्यवहार करने से मनुष्य की शक्ति

भावनाएँ नष्ट हो जाती हैं। इसमें कई प्रकार के अत्याचार भी करना पड़ते हैं। जिस मनुष्य का खर्च विलासिता के कारण आमदनी से अधिक होता है वह अन्त में रिश्वतखोरी या बेईमानी पर उतार होता है। जो कि भयङ्कर नैतिक पाप है। इसके अतिरिक्त शौकीनी से मनुष्य को प्रवृत्तियाँ चञ्चल होती हैं एक वस्तु प्राप्त होने पर दूसरी वस्तु प्राप्त करने को जी चाहता है। कोट मिलने पर वास्कर की, उसके पश्चात् पैण्ट की, घड़ी की, छड़ी की, बूट की, सुन्दर कमरे की; मुलायम बिछोने की, घड़ेया पलङ्ग की आदि अनेक चीजों की आवश्यकताएँ बढ़ती जाती हैं। ये सब बातें अन्त में मनुष्य को अनीति और अनाचार के गढ़ में ढकेल देती हैं।

इसलिए मनुष्य को अपना जीवन सादगोमय बनाना चाहिए। कपड़ा, रहन सहन आदि सब बातें सादी और साफ होने से मन प्रसन्न और आत्मा सतोगुणमय रहती है। आमदनी की अपेक्षा आवश्यकताएँ कम होने से मन बेईमानी और रिश्वतखोरी की ओर नहीं झुकता। तथा विलासिता और भड़कीले पन से भविष्य में जो एक भयङ्कर कुफल के फलने की जो आशङ्का रहती है वह भी इससे नहीं रहती।

### सप्तव्यसन

व्यसन ऐसी आदतों को कहते हैं जो एक बार लगे पोल्ले बहुत कठिनाई से छूटती हैं। ये सात प्रकार के होते हैं। जुआ खेलना, मांस खाना, मद्य पीना, वैश्या गमन, शिकार खेलना, चोरी करना और परस्त्री गमन। ये सब बातें दुराचार के अन्तर्गत परिगणित होती हैं। अतः सदाचारी आदमी को इससे बचना चाहिए। मांस, वैश्या, शिकार, चोरी पर स्त्री

में धान लो। यदि पुशुबुद्धर बनाना होतो किसी किस के लो को सुगंधी दे दो।

भरं कपूर—रेंकी फार्मिड सिम्ट छ भाग असली कपूर प भाग इन दोनों को शीशी या घोलल में भर कर बंद कर दो पाँच, छ घंटे के पश्चात् भरं कपूर बन जायगा।

सादा साधुन—सोड़ा एक सेर लेकर पानी में भिगो दो जिस दिन सोड़ा भिगोयो उस दिन धार २ सोड़े को हिलाते रहो दूसरे दिन गिरी का तेल आठ सेर लेकर उसे कढ़ाई में गर करो। फिर उस सोड़े के पानी को धीरे २ धार बाँधकर ते में छोड़ते जायो और हिलाते रहो। जब यह शहद के सम गाढ़ा और एकदिल हो जाय तब इच्छानुसार रंग और सुग मिला दो। फिर साँचों में भर दो। साधुन सैव्यार हो जायगा।

कार्बोलिक साधुन—साधुन विंडसर १२ हिस्से और प हिस्सा कार्बोलिक एसिड पहिले विंडसर साधुन को आगर रण कर गला लो गल जाने पर कार्बोलिक एसिड मिला और धही बना लो।

गाल उड़ाने का साधुन—बेरियम सल्फाईड एक तोला, मे का सत एक, तोला कपूर एक मासा, मेरठ का सफेद साधु ३ तोला, इन सब को महीन पीस लो फिर आँच देकर टिकि बना लो।

हिंमाश्क चूर्ण—सौंठ, कालीमिर्च, पीपर, अजमोद, सेंध नोन, सफेद जोरा, और स्याह जोरा, इन सब को चराव लेकर फूट पीस लो, फिर इन सब चीजों के आठवें भाग धराधर घड़िया होंग लेकर उसे घी में भून लो और पीस क ऊपर के चूर्ण में मिला दो।

सवण भास्कर चूर्ण—संवरनोन ५ तोला, समन्दर जोन १

तोला, सुष्पा अनादाना ४ तोला, छोटी इलायची के बीज प्राधा तोला, बिड़नोन २ तोला, सेंधानोन २ तोला, धनियां २ तोला, पीपर २ तोला, पीपरा मूल २ तोला, काला-जीरा २ तोला, नेज पात २ तोला, नागकेशर २ तोला, तालीस पत्र दो तोला, अम्लचैत २ तोला, कालीमिर्च २ तोला, सफेद जीरा दो तोला और सोंठ २ तोला इन सब को कूट पीस कर चूर्ण कर लो, पीछे शीशी में भर दो ।

दिल वसन्द टंटाई—ओरा-ककड़ी के बीज २ तोला, धनियां २ तोला, खेयनी के फूल २ तोला, गुलाब के फूल २ तोला, बाह के बीज २ तोला, कुलफे के बीज २ तोला कासनी २ तोला, रौफ २ तोला, कालीमिर्च २ तोला, बज्रेंद मिर्च २ तोला, छोटी इलायची १ तोला, खस १ तोला, सफेद चन्दन का चूरा १ तोला और कमल गट्टे को गिरी १ तोला ( भीतर को हरी पत्ती निकाल कर ) को कूट कर डिब्बे में भर दो ।

बिजली का तादीज—जस्त और ताँबे के तारों को आपस में लपेट कर फालांगन के कपड़े में सिलवा लो फिर दोनों ओर पानी लगा लो जिससे कि बांधने में सुविधा हो । यह बच्चों के गले में डालने से दाँत निकलने में सुविधा होती है ।

बपड़े धोने का ताडुन—धूना २॥ सेर, और सखी ५ सेर इनको २० सेर पानी में भिगा दो फिर माखिल का तेल २॥ सेर गरम कर के उसमें धूना और सखी का पानी डालने जाओ, जब गाढ़ा हो जाय तब राँवे में भर कर रख दो, टंडा होने पर निकाल लो और टिकिया बना लो ।

अनेक रोगों की एक दवा—अदर्याक का खस १ तोला, पीपर मेट का खस तोला, चूचूर २ तोला तीनों को शीशी में बंद कर काग



लगादो। इन सब का कुछ समय के बाद पीले रंग का एक तरल पदार्थ बन जायगा। इसकी बत्ताये में २ या ३ बुंद निरु कर छाना चाहिये। इससे कई रोग आराम होते हैं।

नमक गुठेमानी—सुहागा, नोसादर, सजी, जवावार, निमक, सोंठ, पीपर, बड़ी इलायची, चीता, अजवायन, मोद, घायबिड़ङ्ग, कालीमिर्च इन सब को बराबर पीस लो और शीशी में भर दो।

ताम्बूल बिहार—इलायची के बीज दो तोला, मुलेठी तोला, गाढ़ इम मजमुआ १ सेर इन सब को पीस कर करो, यदि पतला हो तो अरारोट मिला दो, फिर जैसी चाहो मिला दो। ताम्बूल बिहार बन गया।

बदिया कलई—पारा १ तोला, राँगा १ तोला, राँगे को कर उसमें पारा मिला दो। फिर नोसादर का कर घर्तन पर लगायो फिर ऊपर की मिली हुई वस्तु सूख रगड़ो कलई हो जायगी।

गुलाब का शरबत—साफ किये हुए गुलाब के पाख भर को लाकर एक घर्तन में भिंगो दो और रात भर भीगने सधेरे २॥ सेर पानी में आँच देकर उतका रस निकाल फिर २॥ सेर शकर या धूरा उसमें डाल कर चासनी जय चासनी बहने लायक रहे उतार लो। याद रहे चा गाढ़ी न हो जाय नहीं तो जम जाने का डर है।

कान्तिकारक लेप—खाल चन्दन, मजीठ, लोध, फूट, के फूल, बड़ के अंशुर और मधूर इन सबों को बराबर २ ह पानी के साथ सिल पर पीस लो। यह लेप लगाने से सुन्दर हो जाता है।

## डाक संबंधी नियम

**कार्ड**—भारत में पोस्टकार्ड १॥ पैसे को मिलता है और (ग्राफी -) को। पोस्ट कार्ड पर जहाँ Address Only लिखा जाता है वहाँ सिर्फ पता ही लिखना चाहिये नहीं तो कार्ड भ्रष्ट हो जायगा। यदि सरकारी कार्ड के नाप व वजन का ज़ादा कार्ड भेजना हो तो उस पर आध आना का टिकट लगाकर भेज सकते हैं। उस पर भी पता उम्मी प्रकार लिखना चाहिये जैसा कि सरकारी पोस्ट कार्ड पर लिखते हैं।

**चिट्ठी**—का महसूल २॥ तोला या इसके अंशपर -) लगता है।

**बुकपोस्ट**—इसमें पुस्तकें, विज्ञापन, नकारें, फोटो, प्रकाश या छपी हुई चीजें भेज सकते हैं। इसका महसूल पी. ४ ताले पर १॥ के हिसाब से लगता है।

**पार्सेल**—इसमें हर प्रकार की वस्तुएँ जा सकती हैं। पर कोई तरल पदार्थ जिसका कि पैकिंग ठीक न हो नहीं जा सकती। पार्सेल के साथ में चिट्ठी भी नहीं जा सकती। यह बंद नहीं भेजी जा सकती। इसका महसूल २० तोला पर ०) ऊपर हो तो ४० ताले पर २) या इससे अधिक ५॥ सेर तक पी. ४० तोला २) फिर १) के हिसाब से लगता है।

**रजिस्ट्री**—पी. पी., डुब्डी, पार्सेल, चेक, टिकिट, चिट्ठी, पार्सेल, कार्ड आदि हर प्रकार की वस्तुएँ रजिस्ट्री से जा सकती हैं। इसका महसूल, डाक महसूल के अलावा ०) पी. रजिस्ट्री के साथ लगता है। यदि जहाँ रजिस्ट्री करना हो तो उसका -) आने का टिकट अलाहिदा लगना है।

**बीमा रजिस्ट्री**—मोट, सिगा, सोना, चाँदी, अनामन, गहने आदि बीमानी चीजों का हर समय बीमा करवा देना

चाहिये। बीमा करने पर यदि वह चीज़ खो जायगी तो पोस्ट आफिस उसकी देनदार रहेगी। जितने रुपये का बीमा कराया जायगा उतने ही रुपये की पोस्ट आफिस देनदार होगी। चाहे बीमा में वास्तविक रकम से कम या ज्यादा हो। बीमे का महसूल =) प्रति सैकड़ा लगता है।

मनीआर्डर—मनीआर्डर ६००) तक हो सकता है। इससे अधिक नहीं हो सकता। इसमें सचा डेढ़ या पौन आना नहीं जा सकता। कम से कम १) तक का मनीआर्डर हो सकता है। महसूल १०) या उसके अंश पर =) लगता है। उससे अधिक २५) पर १) और १००) पर १) होता है।

तार का मनीआर्डर—इसमें ऊपर के मनीआर्डर के नियम के सिवाय तार का खर्च अलग देना पड़ता है। एक्सप्रेस तार का खर्च १॥) और मामूली तार का खर्च ॥॥) लगता है। यह भी मामूली तार के फार्म पर लिख कर भेजा जाता है। सिर्फ थगल में By telegraph और आगे Express या Ordinary लिखना चाहिये। इसमें भी कूपन पर समाचार भेज सकते हैं। आर्डिनरी तार के समाचार -) प्रति शब्द और एक्सप्रेस के =) प्रति शब्द अधिक लगता है।

वेरक़ महसूल—बिना टिकट के पोस्टकाइ<sup>१</sup> या लिफ़ाफ़े या अन्य कोई चीज़ भेजने से वह वेरक़ हो जाती है और उसका महसूल असली महसूल से दूना पानेवाले से लिया जाता है। यदि पानेवाला इस वेरक़ वस्तु को वापस कर देता है तो भेजनेवाले को दूना महसूल देना पड़ता है। दूना महसूल न देने से उसके पोस्ट आफिस संबंधी सब काम काज बन्द कर देते हैं।

सर्टिफिकेट—बिना रजिस्ट्री के कोई वस्तु पोस्ट आफिस तक पहुँचने का दाखला। इसका भी एक फार्म आता है उस

फार्म पर ६ पते लिखने की जगह होती है। यदि छहों पते पर कुछ भेजना हो तो )॥ का टिकट लगाना चाहिये यदि तीन पते और तीन पते से कम पते पर भेजना हो तो )। का टिकट लगाना चाहिये।

पेल्युपेबिल ( घी० पी० ) १०००) तक की हो सकती है। इसमें घीमा रजिस्ट्री अथवा रजिस्ट्री पत्र, पार्सल व बुक-पोस्ट आदि जा सकते हैं। रजिस्ट्री का महसूल या घजन का महसूल या अन्य किसी प्रकार का महसूल भी घी० पी० की रकम में जोड़ लेना चाहिये। और फिर फार्म पर लिखना चाहिये। क्योंकि घी० पी० के उतने ही रुपये आयेंगे जो फार्म पर लिखे हुए होते हैं। घापस रुपये आने की मनीआर्डर फॉस पाने वाले से ली जाती है।

पोस्ट आफिस सेविंग्स बैंक—यह बैंक प्रायः सभी पोस्ट में रहता है। इसमें प्रत्येक व्यक्ति अपने या अपने संबंधी या मित्र या नाबालिग और पागल आदि के नाम से भी रुपया जमा करा सकता है। एक व्यक्ति के नाम पर एक ही पोस्ट में रुपया जमा होगा और किसी एक के खाते पर दूसरे का खाता भी नहीं चढ़ सकता।

इसमें १) से कम रकम जमा नहीं की जाती। और सया डेढ़ या पौन आने का भी हिसाब नहीं रखा जाता। जय चाहिये तब लेने के इकरार से एक वर्ष में ७५० से ज्यादा जमा नहीं किया जाता। और ५००० से अधिक किसी भी हालत में जमा नहीं रह सकता। नाबालिग की ओर से सिर्फ एक हजार रुपया जमा रह सकता है। एक सप्ताह में सिर्फ एक ही बार रुपये घापस हो सकते हैं। ग्याज ३) सैकड़ा प्रतिवर्ष मिलता है। यदि सेफ्युरेडि और प्रोमेसरी नोट बैंक में रखे जायें तो

ज्यादा रकम जमा हो सकती है और उम्माद पत्र भी मिलेगा है। पात्र मुक्त में मंगल और उम्माद का जमा व परावर होगा रहना है।

जिगर पत्रों में (१०) का कम रकम रह गई हो वह ११ जिगमें (१०) में अधिक किन्तु (१००) तक रह गई हो वह ११ तक और जिगमें (१००) में अधिक रह गई हो वह १२ की बिना देन मंग के गंते में रह रकम साधारण समझो और उम्माद कयवा फिर नहीं मिलेगा।

तार के साधारण नियम-तार दो प्रकार का होता है (१) एक्सप्रेस (२) आर्दिनरी। एक्सप्रेस तार हर रोज़ नि जाता है और आर्दिनरी के पहिले भेजा जाता है। आर्दिनरी तार दुहियाँ छोड़कर बाकी दिनों में लिया जाता है और एक्सप्रेस के बाद भेजा जाता है। महसूल एक्सप्रेस का १२ रु तक १॥) आगे प्रति शब्द -) के हिसाब से और आर्दिनरी शब्दों तक ॥) आगे प्रतिशब्द -) के हिसाब से लिया जाता है इसमें लिखे हुए पते के भी शब्द जोड़े जाते हैं इसलिये भेजने पर अपना पूरा पता लिखें या अधूरा लिखें या बिलकुल ही न लिखें यह उसकी इच्छा पर निर्भर है।

तार जयायी भी जा सकता है इसका महसूल साधारण तार से ॥) अधिक देना होता है। यदि वापस जयाय न भे गया हो तो Officer in charge of the Telegraph office Calcutta को जमा की तारीख से दो माह के रु लिखना चाहिये देर हो जाने से दाम वापस न मिलेगा।

तार तामील होने की तारीख और समय मांगने का च ॥) लगता है

में काम करने का समय रोज़ का अलग है

हुट्टियों का अलग होता है। हुट्टी के दिन आईनरी तार नहीं लिया जाता। आफिस बन्द होने के बाद १) लेट फ़ोस देने से निर्फ़ एक्सप्रेस तार लिया जा सकता है।

नोट—पोस्ट आफिस सम्बन्धी विशेष नियम की जानकारी के लिये 'पोस्ट एण्ड टेलीग्राफ गार्ड' मँगकर देखें। जिस टिकट पर Service मेता छपा हो तो उसे सर्वसाधारण लोगों को काम में न लाना चाहिये। लाने से पोस्ट आफिस केस बला बनती है।

### रेलवे के साधारण नियम

(१) तीन वर्ष तक के लड़के से किराया नहीं लिया जाता। उनके बाद बारह वर्ष तक के बालकों का आधा किराया लगता है।

(२) आने जाने का (Returo) टिकट छ माह तक का मिलता है। इसका लेंनेवाला यदि समय पर न लौट सकता हो तो धापी मियाद दी में वह अपना टिकट जहाँ से लौटनेवाला हो उस स्टेशन पर वापस करे तो उसे एक बार का पूरा महत्त्व मिलेगा। रिटर्न टिकट दूसरे मुस्ताफ़िर को नहीं बेच सकता है।

(३) पहिले दर्जे का आदमी १॥ मन, दूसरे का ३० मेर, टैबले १२० मेर और तीसरे दर्जे का आदमी १५ सेर यजन अपने साथ ले जा सकता है। इस यजन में छाता, लकड़ी, बैरगा, खाने का सामान आदि का यजन नहीं गिना जाता। आधे टिकट का आधा बोझ होना चाहिये।

(४) यदि ज्यादा यजन हो तो इसका सगेज हो सकता है। सगेज हिसे हुए सामान को यदि मुस्ताफ़िर चाहें तो अपने पास का पार्स के साथ रख सकता है।

## इरफन मौला

तरह माल भेजने में महसूल ज्यादा लगता है शीघ्र पहुँच जाता है। मालगाड़ी से महसूल पर अलग लगता है और कम लगता है पर करके पहुँचता है।

(१६) पार्सल और गुद्दस का माल भेजने महसूल पहिले या पोछे जैसे चाहे वैसे दे। बिगड़नेवाली वस्तुओं का महसूल पहिले ही। माल भेजने वाले को रेलवे की तरफ से रसीद यह रसीद जिस स्टेशन पर माल भेजा है वहाँ माल मिल सकता है। रसीद गुम जाने से पर इकरार नामा लिख कर माल ले सकते हैं।

(१७) किसी भी प्रकार का ज्यादा लिया वापस लेना हो तो ६ माह के अंदर ट्राफिक से लिखना चाहिये।

(१८) माल यदि गुम गया हो तो उसके लिखना चाहिये। यदि रेलवे कंपनी दाम दे या आनाकानी करे तो कोर्ट में नालिश करना

### लगेज और रेलवे पार्सल का महसूल

(१९) २॥ सेर तक फी ५०० मील की दूरी पर १=) और अधिक से अधिक दूरी पर १॥) : से अधिक पाँच सेर तक फी ० २५० मं कम अंश पर—१=) व कितनी हो दूर पर : लगेगा। इसके आगे अधिक महसूल के लिये नकशे से देख लें।

दूरी मीलों में	दस सेर	बीस सेर	तीस सेर	एक मन
मील तक	रु. आ.	रु. आ.	रु. आ.	रु. आ.
२५	० ६	० ६	० ६	० ६
५०	— ६	— ६	— १२	— १२
७५	— ६	— १२	१—१	१—१
१००	— ६	— १२	१—१	— १—०
१२५	— १२	१—१	१—०	— १—१३
१५०	— १२	१—१	१—०	२—२
१७५	— १२	१—०	१—१३	२—८
२००	— १२	१—०	२—२	२—१३
२२५	१—१	१—१३	२—८	३—३
२५०	१—१	१—१३	२—१३	३—९
२७५	१—१	२—२	३—३	३—१५
३००	१—१	२—२	३—३	४—४
३२५	१—०	२—८	३—१४	४—१०
३५०	१—०	२—८	३—१४	४—१५
३७५	१—०	२—१३	४—४	५—५
४००	१—०	२—१३	४—४	५—१०
४२५	१—१३	३—३	४—१५	६—०
४५०	१—१३	३—३	५—१५	६—६
४७५	१—१३	३—९	५—५	६—११
५००	१—१३	३—९	५—५	७—१
५२५	२—०	३—१४	५—१०	७—७
५५०	२—०	३—१४	६—१४	७—१२
५७५	२—३	४—४	६—३	८—२
६००	२—३	४—४	६—९	८—७
६२५	२—३	४—०	६—११	८—१३

नोट—बोरेच हाथ बनने के लिये रेलवे की निदमबरी में गया कर  
है।



तरह माल भेजने में महसूल ज्यादा लगता है पर माल बहुत शीघ्र पहुँच जाता है। मालगाड़ी से महसूल अलग २ चीजों पर अलग लगता है और कम लगता है पर माल बहुत देर करके पहुँचता है।

(१४) पार्सल और गुड्स का माल भेजने वाला आदमी महसूल पहिले या पोछे जैसे चाहे वैसे दे सकता है। शीघ्र बिगड़नेवालों वस्तुओं का महसूल पहिले ही लिया जाता है। माल भेजने वाले को रेल्वे की तरफ से रसीद मिलती है। वह रसीद जिस स्टेशन पर माल भेजा है वहाँ पर बताने से माल मिल सकता है। रसीद गुम जाने से III) के स्टाम्प पर इकरार नामा लिख कर माल ले सकते हैं।

(१७) किसी भी प्रकार का ज्यादा लिया हुआ महसूल वापस लेना हो तो ६ माह के अंदर ट्राफिक सुपरिटेन्डेण्ट को लिखना चाहिये।

(१२) माल यदि गुम गया हो तो उसके लिये रेल्वे को लिखना चाहिये। यदि रेल्वे कंपनी दाम देने में देरी करे या आनाकानी करे तो कोर्ट में नालिश करना चाहिये।

### लगेज और रेल्वे पार्सल का महसूल

(१४) २॥ सेर तक फी ५०० मील की दूरी या उससे कम पर १०) और अधिक से अधिक दूरी पर १॥) तथा २॥) सेर से अधिक पाँच सेर तक फी ० २५० मोल या उससे कम अंश पर—1=) व कितनी ही दूर पर भेजा जाय ३) लगेगा। इसके आगे अधिक महसूल के लिये नीचे लिखे हुए नकशे से देख लें।

दूरो मीलों में	दस सेर	बीस सेर	तीस सेर	एक मन
माल तका	रु. आ.	रु. आ.	रु. आ.	रु. आ.
२५	० ६	० ६	० ६	० ६
५०	— ६	— ६	— १२	— १२
७५	— ६	— १२	१—१	१—१
१००	— ६	— १२	१—१	—१—०
१२५	— १२	१—१	१—०	—१—१२
१५०	— १२	१—१	१—०	२—०
१७५	— १२	१—०	१—१२	२—८
२००	— १२	१—०	२—२	२—१२
२२५	१—१	१—१२	२—८	२—२
२५०	१—१	१—१२	२—१२	२—२
२७५	१—१	२—२	२—२	२—१५
३००	१—१	२—२	२—२	३—४
३२५	१—०	२—८	२—१५	३—१०
३५०	१—०	२—८	२—१५	३—१५
३७५	१—०	२—१२	३—४	५—५
४००	१—०	२—१२	३—४	५—१०
४२५	१—१२	३—२	३—१५	६—०
४५०	१—१२	३—२	५—१५	६—६
४७५	१—१२	३—२	५—५	६—११
५००	१—१२	३—२	५—५	७—१
५२५	२—०	३—१५	५—१०	७—७
५५०	२—०	३—१५	५—१५	७—१२
५७५	२—२	४—४	६—२	८—२
६००	२—२	४—४	६—२	८—७
६२५	२—२	४—७	६—११	८—१२

नोट—बीस दस बनने के लिये दोहरे की नियमावली मेंका धर  
दोहरे।

## पाक शास्त्र

### पाक शास्त्र की आवश्यकता

मार्गाय गृहिणियों के लिए पाकशास्त्र का ज्ञान आवश्यक ही नहीं अनिवार्य है। हमारे घरों में हमारे भोजन का भार हमारी गृहिणियों पर ही रहता है यह व्यवस्था आज ही से से नहीं सनातन काल से चली आती है। पूर्वकाल में बड़ी रानी स्त्रियाँ अपने पति और कुटुम्बियों को अपने हाथ से भोजन बनाकर पिलाती थीं। ये पाकशास्त्र की कला में पारंगत होती थीं, इसीसे उनका बनाया हुआ भोजन, शुद्ध, साफ़, सुन्दर संस्कारों से युक्त और स्वस्थकर होता था। पर आजकल की कलहलनाएं इस विषय से अपरिचित होती हैं। ये कच्चा, पका, बाहियात भोजन बनाकर अपने कुटुम्बियों को रखती हैं, जिससे उनके घर के लोगों का स्वास्थ्य ठीक नहीं रहता। अतएव यह आवश्यक है कि प्रत्येक भारत रमणी इस विषय में पारंगतता प्राप्त करे। यदि तरह २ का भोजन बनाना न आवे तो कोई चिन्ता नहीं पर जितना भी भोजन बनाया जाय वह साफ़, पका हुआ, और स्वस्थकर होना चाहिए। इस छोटीसी पुस्तक में इस विषय पर ज्यादा न लिख कर हम कुछ चीजें बनाने की विधि नीचे देते हैं। जिन बहनों को इस विषय में विशेष ज्ञान प्राप्त करने की इच्छा हो ये पाकशास्त्र संबंधी दूसरी पुस्तकें मंगवा कर देखें।

### शाक

आलू का शाक—आलुओं को उधाल कर उन्हें छीलना चाहिये। फिर उनके गट्टे करके मसाला मिलाकर घी में झोंक

देना चाहिये कुछ समय के बाद दही की खटाई देकर उतार लेना चाहिये ।

मिंटी का साग—मिंटी के पेट को घीर करके उसमें मसाला भर दे और फिर उसे ढोंक देना चाहिये । इस साग पर दकनो नहीं दकना चाहिये और न पानी ही डालना चाहिये । यदि ऐसा किया तो मिंटी चिकनी हो जायगी ।

जामका साग—जाम को छिलकर उसके गट्टे पर लें । फिर मसाला मिलाकर जीरा होंग के बघार के साथ ढोंक दें । थोड़ी देर के पश्चात् कुछ मसाला और थोड़ीसी शर्करा डालकर उतार लेना चाहिये ।

बढ़ी—मट्ठा के साथ घेसन को घोलकर उसमें मसाला मिला दें । फिर बघार देकर उसमें घेसन मिले हुए मट्ठे को ढोंक दें । बढ़ी को जितना चाँच ज्यादा ही जायेगी उतनी ही बढ़ी अच्छी बनेगी । सुविधानुसार चाँच देकर पक जाने पर उतार लें ।

रायता—दही का मट्ठा बना कर उसमें मसाला मिलाना चाहिये । फिर यदि मोटा रायता बनाना हो तो थोड़ी शर्करा और मिला देना चाहिये । नहीं तो वैसाही रखना चाहिये । फिर उसमें पचोड़ी, दाज आदि जिसका रायता बनाना हो डालकर नींच हो बघार दे देना चाहिये ।

मोट—इसो प्रकार और भी साग, रायते आदि बनाना चाहिये इस पुस्तक में क्या भाव के कारण हम ज्यादा नहीं लिख सके ।

### पकवान

मूंग की दाल का हलवा—मूंग की दाल को गलाकर उसके छिलके हटा दें । फिर उसे पोंस से । जितनी मूंग की दाल ली

हो उतना ही घी लेकर उसमें घीमी २ आंच से ढाल को सँकना चाहिये । जब ताल हो जाय तब उसमें ढाल में डेढ़ी घीनी का रस घीरे २ डालें और बमछी से घसाये । रस पतम हो जाने के बाद थोड़ी देर तक और रखकर उतार लें । फिर उसमें मेया पगौरह डाल दें ।

**आनू का हलया—**आनुओं को उयाल कर साफ करे और उनका भरता बना लें फिर बराबर घी डालकर उपरोक्त रीति से सेकें । जब आनू पर सार्ली आजाय तब उसी प्रकार रस डाले और घी छोड़ देने पर हो जाने पर उतार लें । फिर मेया डाल दें ।

**हरे घने का हलया—**चनों को पीस कर उसमें थोड़ा बेसन मिला दें । फिर बराबर घी के साथ रूख सेके जब लुगलु आने लगे तब उपरोक्त रीति से घीनी का रस डाल कर उतार लें फिर मेया डाल दें ।

इसी प्रकार सूजी, शकरबंद, आदि का हलया बना सकता है ।

**आम की बर्फी—**२५ थड़िया आम का रस निकाल लें और फिर उस रस को घी के साथ सेकें जब कीटी बन जाय उतार लें । इस कीटी में मसाला, और खोया मिला दें । फिर १॥ सेर शकर की चासनी बनायें । जब चासनी गोटीबन्द आ जाये तब उसमें फेशर डालकर उसे उतार लें । ठण्डो हो जाने पर उसमें कीटी मिला कर थालियों में डाल दें । ऊपर से कुछ मसाला और चांदी के बरक लगा दें ।

**नोट—**चासनी को बहुत नहीं घोटना चाहिये नहीं तो कंद नहीं पड़ेगा ।

**नारियल की बर्फी—**नारियल की गरी को कसनी परकस लेना चाहिये । फिर उपरोक्त चासनी की तरह ही चासनी लेकर



दिन कौंचनी से कौंच डाले। इसके बाद, अमरुद को पत और सोदागे के पानी के साथ अलग २ उयाले। फिर दो तोले मिथी के साथ पानी में उयाले। डेढ़ तार को चाशनी में इन आयलों को डाल कर पकायें। खूब पक जाने पर छोटे इलायची का चूरा और गुलाब का रस छोड़ कर उतार लें।

धाम का मुरम्बा—धाम छील कर उनके कतले कर लें कौंचनी से कौंच कर चुने के पानी में भिगो दे, दो घंटे के बाद साफ पानी से धो डाले। इसी प्रकार नमक से भी धो डालें फिर एक छटांक मिथी के पानी के साथ उयाल लें फिर एक कपड़े पर रख कर उनका पानी सूख जाने दे। एक तार के चाशनी में फिर इनको डाल कर खूब पकाये, पक जाने पर केशर, इलायची, आदि डाल कर उतार लें।

इसी प्रकार पेठा, केला आदि का भी मुरम्बा बनता है।

## सन्तान-पालन

आज कल भारतवर्ष में सन्तान-पालन की ओर बिलकुल ध्यान नहीं दिया जाता। इसी कारण यहाँ के बच्चे हमेशा मृगी, दुबले और कमजोर रहते हैं। तथा भविष्य में भी वे स्वास्थ्य लाभ नहीं कर सकते। उनका पेट तो फूल कर थल हो जाता है और हाथ पाँव सूख जाते हैं। इन सब का कारण माता पिता की बेपरवाही है। बच्चा तीन चार दिने का हुआ नहीं कि खाने को अन्न दे दिया जाता है। उसे जो जहाँ चाहे वहाँ लेटा दिया जाता है, न सर्दी की ब्याह की जाती है न गर्मी की। ऐसी स्थिति में यदि बच्चे स्वास्थ्य विगड़ जाय तो क्या आश्चर्य।

हम यहाँ सन्तान-पालन के कुछ नियम लिखते हैं। इन

बिपरी के अनुसार चलने से बहुत कुछ लाभ की सम्माना है।

(१) नव-जात बालक को पहले शहद चटाना चाहिए। उसके बाद मा का दूध पिलाना चाहिए। उसके पश्चात् बालक को धीरे २ माय का दूध देना चाहिए।

(२) जब लड़का तीन चार मास का हो जाय तब उसको ग्रीका लगाना चाहिए। टीका दिला देने से माता निकलने का डर बहुत कम रहता है।

(३) जब लड़का सात आठ मास का होता है तब उसको दूध निकलना प्रारम्भ होते हैं। इस समय कई बच्चों को बड़ी तबलीफ होती है। इस लगते हैं, पुखार आता है। इत्यादि, ऐसे समय में बच्चों को "ग्राहपपाटर" दिलाना चाहिए।

बालकों की बीमारी का प्रधान कारण उनका गोजन कम-भना चाहिए। अनियमित आहार या खराब दूध देने से बच्चे बीमार हो जाते हैं। बरडेन्स-मिल्क या किसी प्रकार का पिलायती दूध बच्चों को नियमित रूप से न देना चाहिए। बोनम में रख कर दूध पिलाने की प्रणाली और भी खराब है।

जब बच्चा दूध पीकर उसे बापस उगलदे तो ऐसी स्थिति में उसे होमियोपैथी की "रथुआ" नामक दवा देना चाहिए।

सर्दी के दिनों में बच्चों को मुलायम ऊनी वस्त्र पहनाना चाहिए, तथा उन्हें मुलायम और ऊँचे बिंदीने पर सुलाना चाहिए। क्योंकि बच्चों का कमज़ोर बहुत पतला होना है जिससे उन्हें सर्दी बहुत जल्दी लग जाती है।



हमारे देश में यच्चों को दूध मास से ही अन्न देना शुरू कर देते हैं। यह बहुत खराब प्रथा है। इससे यच्चों की हाजमा शक्ति बिगड़ जाती है। जिसमें वे कमजोर हो जाते हैं। तब तक यच्चों के दांत पूरी तौर से न निकल जायें तब तक अन्न नहीं देना चाहिए। प्रकृति यच्चों को दांत उसी समय देती है जब उनकी हाजमा शक्ति अन्न पचाने के लायक हो जाती है।

### यच्चों की कुछ बीमारियां और उनका इलाज

( १ ) यदि यच्चों को दस्त फब्ज होती हो तो होमियोपैथिक नक्स भौमिका (6x) की तीन खुराक देना चाहिए। अथवा ६ माशे परण्डी का तेल दूध में मिला कर देना चाहिए।

( २ ) यदि यच्चों के पेट में कीड़े या खुन्ने पड़ गये हों तो उसे गरम पानी में केस्ट्रा आइल मिला कर एनीमा देना चाहिए।

( ३ ) अगर यच्चे को डिब्बे की ( एंकोनिमोनिया ) हो तो तुरन्त एकोनाइट और मायोनिया (३० शक्ति) की क्रमशः एक २ खुराक देना चाहिए।

## सांग्य दर्शन

शास्त्र दर्शन के अन्तर्गत शक्ति की उत्पत्ति और विनाश में दो लक्ष्य ग्रहण माने गये हैं । पहला पुरुष और दूसरा शक्ति । इनमें से "पुरुष" (काया) कपरिलम्भा, कथल और कपरिह-लेनशील है । और शक्ति परिलम्बी तथा अनिदिदि से बृद्ध है । यह शक्ति २४ प्रकार की है । यथा—(१) शक्त शक्ति (२) शक्तलक्ष (३) कथल (४) शक्त लम्बाकार (५) शक्त, शक्त, शक्ति और शक्ति (६) शक्त शक्ति (७) शक्त शक्ति (८) शक्त (९) शक्त (१०) शक्त (११) शक्ति और (१२) शक्ति । इनमें १ पुरुष विनाश और शक्ति के शक्त २२ लक्ष माने हैं ।

## सृष्टि रचना

प्रकृति सत्य, रज और तम इन तीन गुणों से युक्त त्रिगुणत्मक है। इसकी प्रारम्भिक अवस्थामें ये तीनों गुण साम्यावस्था में रहते हैं। यह प्रकृति अज्ञानमयी है। यह अपने स्वामाविर्भाव-आकर्षण से लोह धुम्यक की तरह पुरुष को अपनी ओर आकर्षित करती है। जब उसपर पुरुष का प्रतिविम्ब पड़ता है तो उसमें एक प्रकार की कम्पन या हरकत उत्पन्न होती है। जैसे-जैसे इन तीनों गुणों की साम्यावस्था नष्ट हो जाती है। वैसे-वैसे सृष्टि का अस्तित्व प्रारम्भ होता है। इस कम्पन से तम से पहले ज्ञान रूप महत्त्व (बुद्धि) की उत्पत्ति होती है। महत्त्व से अहंकार की उत्पत्ति होती है। यह अहंकार सात्विक, राजसिक और तामसिक ऐसे तीन प्रकार का होता है। सात्विक अहंकार से पाँच ज्ञानेन्द्रियाँ, पाँच कर्मेन्द्रियाँ और एक मन की उत्पत्ति होती है और तामसिक अहंकार से पाँच तन्मात्राओं की। इन पाँच तन्मात्राओं से पंच महाभूत की उत्पत्ति होती है और इन्हीं पंच महाभूतों से स्थूल शरीर और स्थूल जगत् की उत्पत्ति होती है।

यहाँ यह बात स्मरण रखना चाहिये कि आधुनिक पदार्थ-ज्ञान भी सांख्य ही की तरह किसी तरह की कम्पन या हरकत ही से सृष्टि की उत्पत्ति मानता है।

सांख्य तीन प्रमाणों को प्रधान मानता है। प्रत्यक्ष, अनुमान और आगम। वह इन तीनों ही प्रमाणों से ईश्वर को सिद्ध मानता है। एक स्थान पर उसने स्पष्ट "ईश्वरासिद्धेः" (ईश्वर अस्तित्व) ईश्वर अस्तित्व है ऐसा कह दिया है।

(सांख्य सू० १-६३)

सांख्य दर्शन "सत्कार्यव्याद" को मानता है, यह कहता है कि न तो असत् यस्तु से सत् की उत्पत्ति हो सकती है और न सत् से असत् की उत्पत्ति होती है सब यस्तुएँ सत् रहती हैं और उन्हीं से सत् की उत्पत्ति होती है। केवल रूप में परिधर्शन होता है। वैशेषिक और न्याय वाले सत् से असत् की उत्पत्ति मानते हैं।

### योग दर्शन

योग दर्शन के रचयिता पातञ्जलि मुनि हैं। इसलिये इसको पातञ्जलि दर्शन भी कहते हैं।

योग दर्शन कई बातों में सांख्य दर्शन से मिलता है। यह भी सांख्य हो की तरह २५ तत्वों को मानता है। अन्तर इतना ही है कि कपिल मुनि ने ईश्वर का अस्तित्व नहीं माना है। पर पातञ्जलि उसका अस्तित्व मानते हैं। उन्होंने ईश्वर को दृष्टीसर्पा तत्व माना है और कहा है कि "जगदीश्वर अपनी इच्छा के अनुसार शरीर धारण करके जगत् की रचना करते हैं।" इसी कारण कपिल दर्शन को निरीश्वर सांख्य और पातञ्जलि दर्शन को सेश्वर सांख्य भी कहते हैं।

पातञ्जलि कहते हैं कि चित्त की वृत्तियाँ मिश्र २ प्रकार की होती हैं। उन सब वृत्तियों के मिश्र मिश्र विषय निर्धारित हैं। जैसे देखने का विषय रूप और सुनने का शब्द है। अन्तःकरण को इन सब विषयों से दूर करके परमेश्वरादि ध्येय यस्तुओं में स्थापन करके एकाम हो जाने ही को योग कहते हैं। (योगश्चित्तवृत्ति निरोधः) इस योग के यम, नियम, प्राणायाम आदि आठ अङ्ग हैं।

पातञ्जलि के मत से सत्यज्ञान ही मोक्ष का मूल कारण

है। पुरुष। अर्थात् आत्मा जड़ जगत् से बिलकुल भिन्न है। मनुष्य अज्ञान के कारण संसार में प्रवृत्त होकर "मैं सुखी हूँ" "मैं दुखी हूँ" "मैं कर्ता हूँ" आदि बातें सोचता है। तत्त्व ज्ञान इसी भ्रम के परदे को दूर करता है। जिससे मनुष्य इन-सब बातों से परे होकर योग के द्वारा कैवल्य को प्राप्त कर अपने असली चिदानन्द स्वरूप में लौट हो जाता है। इस दर्शन में "योग" का बड़ा ही विशद विवेचन है।

### वैशेषिक दर्शन

इस दर्शन के रचयिता महर्षि कणाद "परमाणुवाद" के प्रचारक थे। जिस प्रकार कपिल ने सृष्टि का मूल कारण प्रकृति और पुरुष को माना है। उसी प्रकार इन्होंने "परमाणु" को सृष्टि का मूल कारण माना है। कणाद कहते हैं कि परमाणु नित्य और अनादि हैं। सृष्टि के पूर्व ये अपनी अव्यक्तावस्था में रहते हैं। किसी अदृष्ट कारण विशेष से इनके अन्तर्गत एक प्रकार की कम्पन या गति उत्पन्न होती है। जिससे एक परमाणु दूसरे परमाणु की ओर आकर्षित होता है। और ये परमाणु आपस में मिलने लगते हैं। दो परमाणु मिलकर एक द्व्यणुक और तीन द्व्यणुक मिलकर एक त्र्यसरेणु बनता है। इसी प्रकार मिलते मिलते पृथ्वी के परमाणु पृथ्वी रूप में, जल के जल रूप में, अग्नि के अग्नि रूप में और वायु के वायु रूप में आ जाते हैं। इसी प्रकार होते होते समय पाकर इस सृष्टि की रचना होती है।

कणाद सृष्टि की उत्पत्ति के मूल तत्त्व छः मानते हैं (१) द्रव्य (२) गुण (३) कर्म (४) सामान्य (५) विशेष और (६) समयाय। विशेष नामक पदार्थ को मानने ही के कारण इनके दर्शन का

नाम वैज्ञानिक पड़ा है। इनमें से द्रव्य के नौ, गुण के चौबीस, परम के पांच और सामान्य के दो भेद माने हैं। आत्मा और चिन्मयी द्रव्य के नौ भेदों में माने गये हैं।

महर्षि कणाद का यह परमाणुवाद विज्ञान की उन्नति के साथ ही साथ अधिकाधिक माननीय होता जा रहा है। जिस प्रकार भारतवर्ष में इस वाद के जन्मदाता "महर्षि कणाद" सम्मानित किये जाते हैं उसी प्रकार यूरोप के अन्तर्गत यूनानी तत्त्ववेत्ता "डिमाक्रिटस" इस वाद का जन्मदाता सम्मानित जाता है। आधुनिक काल में इस मत का प्रधान पुरस्कर्ता "डेहर्टन" सम्मानित जाता है।

### न्यायदर्शन

इस दर्शन के कर्ता महर्षि गौतम हैं। इनका एक नाम "अक्षपाद" भी है।

न्याय दर्शन का मुख्य विषय न्याय अथवा तर्कशास्त्र है। भारतवर्ष में अक्षपाद स्वयं से पहिले इन्हीं महर्षि ने तर्कशास्त्र को हमला बिरुद्ध कर दिया। यूरोप में इस वाद का जन्मदाता एम्पिरिकल कहलाता है। पर उनके तर्कशास्त्र को देखने से मान्य होता है कि यह गौतम के तर्कों की तुलना हुआ करे।

न्याय दर्शन भी वैज्ञानिक ही की तरह "परमाणुवाद" का मानने वाला है। वैज्ञानिक दर्शन में माने हुए पदार्थों के अति-स्थिति न्याय दर्शन में प्रमाण, प्रमेय, मिश्रण आदि पदार्थों को मानते हैं।

### प्रमाण

जिसके होते से बिना दिए का निर्णय दिया जा सकता है उसे प्रमाण कहते हैं। वैज्ञानिक दर्शन में प्रमाण और अनु-

## हरण मीमांसा

मान दोहरी प्रमाण माने हैं पर न्याय दर्शन में, उपमान भी  
 शब्द विनाकर कुल चार प्रमाण माने हैं। पर उसने भी  
 चारों प्रमाणों में बलवान् प्रत्यक्ष और अनुमान ही को माना है। अनुमान  
 अनुमान स्वयं न्याय दर्शन का सब से बड़ा सा दर्शन को  
 पर हममें जो गहन चर्चा की गई है उससे गौरव गृहि हैं।

अनुमान का लक्षण बतलाते हुए इसमें कहा है कि कारण  
 को देखकर कारण का निरूपण करना इसे अनुमान कहते हैं  
 इसके पांच अङ्ग हैं। प्रतिज्ञा, हेतु, उदाहरण, उपनय और  
 निगमन। प्रतिज्ञा—“पर्यंत पर आग है। हेतु—उपनय और  
 धुआँ निकल रहा है, उदाहरण—जहाँ से धुआँ निकलता है वहाँ  
 आग होती है जैसे रसोई घर, उपनय इस पर्यंत पर से धुआँ  
 निकलता है, निगमन इस लिए इस पर्यंत पर आग है। इस  
 प्रकार हर एक बात को न्याय दर्शन गम्भीर तौर पर प्रणाली से  
 सिद्ध करके पश्चात् ग्रहण करता है।

प्रमाण से जिस विषय का निश्चित ज्ञान होता है उसे न्याय  
 दर्शन प्रमेय कहता है। आत्मा, शरीर, इन्द्रिय, विषय, बुद्धि,  
 मन, प्रवृत्ति, दोष, प्रेत्यभाष (धारम्यार मरणोत्पत्ति) कल,  
 दुःख और अपवर्ग, ये सब प्रमेय हैं। अनिश्चित विषय के  
 निश्चित करने को सिद्धान्त कहते हैं। इसी प्रकार सन्देह, प्रयो-  
 जन, दृष्टान्त, वाद, वितण्डा, लाल आदि तरह के विधियों को  
 विचार के अङ्ग बतलाये हैं।

यहाँ यह बात स्मरण रखना चाहिये कि गौतम ने बारह  
 प्रमेयों के अन्तर्गत “ईश्वर” का नाम नहीं लिया है। यद्यपि  
 भविष्य के टीकाकारों ने निर्माण कर्त्ता रूप में ईश्वर को माना  
 है तथापि गौतम ने इस विषय में बिल्कुल विवेचन नहीं किया

है। यदि ईश्वर को यह प्रमाण सिद्ध मानते तो अवश्य प्रमेयों में उसका नाम दिया जाता। इसी प्रकार का गोल माल कणाद के मूल सूत्र में भी पाया जाता है। इस गोल माल का कारण क्या है कुछ समझ में नहीं आता। क्या ये लोग अनीश्वर पाद्री थे ?

### मीमांसा दर्शन

यह दर्शन महर्षि "जैमिनी" का रचा हुआ है इस लिये इसे "मीमांसा दर्शन" भी कहते हैं। श्रुति विशेष का अर्थ समर्थन करना तथा वेद और स्मृति के बीच में जहाँ कहीं अर्थ विरोध हो उसका तर्क के द्वारा सामञ्जस्य उत्पन्न करना इस दर्शन का उद्देश्य है।

इस दर्शन में कर्म काण्ड का विषय, श्रुति सविशेष चर्चा, विचार तथा सिद्धान्त निहित किये हैं। कर्म काण्ड का विशेष विवेचन होने से इसे कर्म मीमांसा भी कहते हैं। इसके मत से स्वर्ग लाभ ही मनुष्य का परम पुरुषार्थ है। वेदोक्त यह याज्ञादि करने से यह (स्वर्ग) प्राप्त होता है। यह दर्शन वेदों को नित्य मानता है।

### वेदान्त दर्शन

इस दर्शन के रचयिता महर्षि व्यास हैं। पर इस पर सब से गम्भीर प्रभाव व्यासों शूद्राचार्य ने डाला है इस लिये कितने ही लोग शूद्र ही को वेदान्त रचयिता मानते हैं। इस दर्शन को मत मीमांसा भी कहते हैं।

वेदान्त के मत से, जिससे जगत् की उत्पत्ति स्थिति और प्रलय होता है उसी को ब्रह्म कहते हैं। यह ब्रह्म सत्य स्वरूप, ज्ञान स्वरूप, और अनन्त स्वरूप है। यह अविनाश है। उसने



सिवाय दूसरी सब चीज़ें मिथ्या अथवा भ्रम स्वरूप है (० ब्रह्म द्वितीयो नास्ति) जिस प्रकार रात में रस्सी को देखने उसमें साँप का भ्रम हो जाता है उसी प्रकार अज्ञान के का मनुष्य को जगत् का भ्रम हो जाता है।

इस मत को मायावाद कहते हैं। माया परब्रह्म की श स्वरूप है। उसके मायाबल्लिप्त होने ही से जगत् की उत्प होती है। जिस प्रकार किसी भाड़ के नीचे खड़े होकर आँख को देखने से वह पूर्ण होने पर भी छिन्न भिन्न नज़र आ है उसी प्रकार ब्रह्म निर्विकार होने पर भी माया के कार छिन्न भिन्न नज़र आता है पर वास्तव में वह अधिविद्युत् है।

वेदान्त के मत में परब्रह्म निर्गुण, निराकार, निर्विकार और चिन्मय स्वरूप है। जगत् ही जब सममय है तो वह जगत् कर्त्ता की तरह नहीं गिना जा सकता। जब संसार। सृष्टि ही मिथ्या है तो उसका कर्त्ता कैसे सम्भव हो सक्ता है। इसलिए वह अकर्त्ता, अरूप, अस्थूल, सूक्ष्म, अरीर्ष, अदृश्य, निर्गुण, निर्विशेष, और मन ध्वन से अगोचर है।

जीव वास्तविक परब्रह्म के सिवाय और कुछ नहीं है। इस ज्ञान को प्राप्त कर आनन्द लाभ करना ही इस वर्णन का उद्देश्य है। "अयमात्मा ब्रह्म" अर्थात् जीव ब्रह्म है। "अहं ब्रह्मास्मि" मैं ब्रह्म हूँ, "तत्त्वमसि" तুম ब्रह्म हो इत्यादि वाक्यों को महावाक्य कहा गया है। इन महा वाक्यों का अर्थ समझ कर जीव और ब्रह्म को अभिन्न समझने ही को तत्त्वज्ञान कहते हैं। इस ज्ञान के उत्पन्न हुए पश्चात् जीव और ब्रह्म में भेद नहीं रहता "अहं ब्रह्मास्मि", अर्थात् "मैं ही ब्रह्म हूँ" इस प्रकार का दृढ़ निश्चय करके केवल चैतन्य स्वरूप ब्रह्म में ही रहति रहना चाहिए ऐसी अवस्था होने ही से मुक्ति मिलनी है।

## जैन दर्शन

जैन दर्शन के अन्तर्गत द्रव्य दो प्रकार के माने गये हैं। जीव और अजीव। अजीव द्रव्य पाँच प्रकार का होता है पुद्गल (Matter) धर्म (Medium of Motion) अधर्म (Medium of rest) काल (Time) और आकाश (Space) इनमें से पुद्गल मूर्त्तिक और शेष सब अमूर्त्तिक हैं।

जीव और पुद्गल इन दोनों द्रव्यों के अन्तर्गत "धैमायिक शक्ति" नामक एक विशेष गुण होता है। जिसके प्रभाव से इन दोनों में एक प्रकार का अशुद्ध परिणमन होता है इसी परिणमन को बन्धन कहते हैं। यह बन्धन ही संसार है और इससे मुक्त होना ही मोक्ष है।

इन सब बातों को जैन दर्शन में सात विभागों में विभक्त कर दी है। (१) जीव (२) अजीव (३) आश्रय (पुद्गल के साथ जीव के सम्बन्ध होने का कारण) (४) बन्ध। (जीव के साथ पुद्गल का मिल जाना) (५) संवर (उन कारणों को रोकने का प्रधान) (६) निजंण (उन बन्धनों को तोड़ने का उपाय) (७) मोक्ष (उन सब बन्धनों से आज़ाद हो जाना)। ये ही सप्ततन्त्र कहलाते हैं। इन्हीं से जीव की शुद्ध और अशुद्ध दशा का बोध होता है।

जीव और पुद्गल का सम्बन्ध उसकी शुभाशुभ परिणति के अनुसार होता है। यह परिणति तीन प्रकार की होती है। शुभ, अशुभ और वैराग्य रूप। शुभ परिणति से पुण्य परमात्मों का बन्धन होता है, अशुभ से पाप परमात्मों का बन्धन होता है और वैराग्य रूप परिणति से सच्चिदानन्द अश्रवण का अधिर्भाव होता है।

जैन दर्शन में इन पुरुष परमाणुओं को कर्म कहा है। ये आठ प्रकार के होते हैं। ज्ञानावरणीय (ज्ञानशक्ति को ढक देने वाले) दर्शनावरणीय (दर्शनशक्ति को ढकने वाले) मोहनीय, अन्तराय, चेदनीय, आयु, नाम और गोत्र। इन आठ कर्मों के उत्तर भेद १४८ हैं।

तत्त्वज्ञान के अध्ययन से और शुद्ध तपस्या से ये कर्म मर जाते हैं। इन कर्मों से छुटकारा पाने ही को मोक्ष कहते हैं।

जैन दर्शन में आत्मा की चौदह स्थितियाँ बतालाई हैं जिनको गुण स्थान कहते हैं। यह वर्णन बहुत ही गम्भीर और पढ़ने योग्य है।

जैन दर्शन सृष्टि को अनादि और अनन्त मानता है। यह ईश्वर को सृष्टिकर्ता नहीं मानता। यह सिद्धांत उराका बहुत ही दृढ़ और प्रमाणपूर्ण है। यह प्रत्येक वस्तु को द्रव्य रूप में नित्य और पर्याय रूप से अनित्य मानता है।

जैनियों का न्याय (Logic) भी बहुत प्रबल है। उगाकी स्याद्वादिपितासफी, गतामहोभ्याद, तथा अनेकान्न दर्शन बड़ा ही गम्भीर और तर्कपूर्ण है। जैन न्याय की बड़े २ पाश्चात्य विद्वानों ने गूँब लागीक की है, डाक्टर ग्रामरा का कथन है कि—“न्यायशास्त्र में जैन न्याय का आगम बहुत ऊँचा है इससे किने ही तर्क पाश्चात्य तर्कशास्त्र के नियमों से बिलकुल मिलते हुए हैं क्याशास्त्र का सिद्धांत बड़ा ही गम्भीर है। यह वस्तु की निम्न २ स्थितियों पर अच्छा प्रकाश डालता है।”

## बौद्धदर्शन

बौद्धदर्शन का असली स्वरूप मिलना आज कल बहुत कठिन हो गया है। इसका कारण यह है कि भगवान् बुद्ध के प्रधान उनके अनुयायियों में घोर मत भेद हो गया। जिससे स्वार्थी लोगों ने मनमाने तत्त्व जोड़ दिये। इस धोंगा धोंगी के कारण असली बौद्धमत को पहचानना भी कठिन हो गया। कोई उसे शून्यवादो कहते हैं, कोई क्षणिकवादो और कोई अनात्मवादो। मगर वास्तव में यह क्या है यह कोई नहीं कह सकता। आज कल इसमें चार फिरके प्रधान हैं। (१) माध्यमिक (२) योगाचार (३) लौत्रान्तिक और (४) वैश्यायिक। माध्यमिक कहते हैं कि सब शून्य है। जो वस्तु स्वप्ना-वस्था में नज़र आती है वह जागृतावस्था में नज़र नहीं आती और जो जागृतावस्था में दृष्टिगोचर होती है वह स्वप्नावस्था में ही होती है। इससे मान्य होता है कि कोई भी वस्तु सत्य ही है।

योगाचार के मतानुसार केवल क्षणिक विज्ञान रूप आत्मा ही सत्य है शेष सब असत्य है। यह ज्ञान दो प्रकार का है प्रवृत्ति विज्ञान और अलक्ष्य विज्ञान। जागृत और सुखो अवस्था में जो ज्ञान होता है उसे प्रवृत्ति विज्ञान कहते हैं और सुषुप्ति दशा में जो ज्ञान होता है उसे अलक्ष्यविज्ञान कहते हैं। यह ज्ञान केवल आत्मा ही पर अवलम्बित है।

लौत्रान्तिक बाहर की वस्तुओं को सत्य और अनुमान सिद्ध कहते हैं। वैश्यायिकों के मन में बाहर की वस्तुएं प्रत्यक्ष सिद्ध हैं।

बौद्धदर्शन में चार आर्य सत्य माने हैं दुःख, समुत्पत्ति, मार्ग और निरोध। दुःख के मूल कारण पांच सत्य हैं।

विज्ञानस्कन्ध, वेदनास्कन्ध, संज्ञास्कन्ध, संस्कारस्कन्ध और रूपस्कन्ध । जिस से काम, क्रोध, रग, द्वेष, मोह आदि दूषणों के समुदाय का प्रादुर्भाव होता है उसे समुदय कहते हैं । “ये सब प्रकार के संस्कार क्षणिक हैं” इस प्रकार की जो भावना उदय होती है उसे “मार्ग” कहते हैं यह मार्ग आठ प्रकार का होता है इसलिए इसे अष्टाङ्गमार्ग कहते हैं । यही मार्ग मोक्षदाता है “वासना विषयक चित्त संतति” का जिससे निरोध होता है उसे “निरोध” तत्त्व कहते हैं ।

इन चार आर्य्य सत्त्वों का वास्तविक ज्ञान ही तत्त्वज्ञान है । शुद्धचरित्र और शुद्धयोग के साथ इनका मनन करने से मोक्ष प्राप्ति होती है ।

### चार्वाकदर्शन

चार्वाकदर्शन नास्तिक दर्शन है । इसके मूल आचार्य्य “वृहस्पति” नामक कोई ऋषि हो गये हैं । इनके किसी भी मूल ग्रन्थ का अभी तक पता नहीं लगता । केवल कुछ फुटकर सामग्री का पता लगता है ।

चार्वाक के मत से आत्मा, ईश्वर, पाप, पुण्य, पुनर्जन्म आदि कुछ भी नहीं हैं । यह सब बातें पाण्डिड्यों की रची हुई निराधार कल्पनाएं हैं । प्रत्यक्ष प्रमाण ही सत्य है । शेष सब भूठे हैं । पृथ्वी, जल, वायु और अग्नि तत्त्व के मिलने से मनुष्य शरीर बनता है और जिस प्रकार शराब के कई तत्त्वों के मिलने से उनमें मादकता आ जाती है, उसी प्रकार इन चारों तत्त्वों के मेल से चेतनशक्ति का प्रादुर्भाव हो जाता है । जब मनुष्य मरता है तब पृथ्वी पृथ्वी में, वायु में और जल जल में समा जाता है रहता ।

यह कहता है—

यापजीवेत् सुखं जीवेत् भ्रूणं कृत्वा घृतं पीयेत् ।

भस्मीभूतस्य देहस्य पुनरा गमनं कुतः ।

अर्थात्—जहाँ तक जीवे यहाँ तक सुख से जीवे, भ्रूण करके भी घी पिये। राख हुए पश्चात् घापस फिर से जन्म नहीं दोगा। फिर कहते हैं—

त्रयोपेदस्य कर्तारो भण्डधूर्त, निशाचराः ।

जर्फरी तुर्फरी त्यादि परिहृतानां यद्यः स्मृतम् ॥

अर्थात्—तीनों पेद के बनाने वाले धूर्त, भण्ड और निशाचर हैं। जर्फरी, तुर्फरी इत्यादि परिहृतों के यचन जान पड़ते हैं इत्यादि। इसी मत को मानने वाले आज से द्वाई हजार वर्ष पूर्व “पूरण कश्यप” और “अजितकेशकर्मणि” भी हुए हैं।

### पाश्चात्य दर्शन

बैएट—प्रसिद्ध फ्रेञ्च दार्शनिक बैएट का कथन है कि “मनुष्य विषय है कि प्रकृति, जीव और परमात्मा में विश्वास करे। परन्तु ये पदार्थ बुद्धि के विषय नहीं हैं। इस लिए इन्हें बुद्धि द्वारा नहीं जान सकते। व्यवहारिक बुद्धि की परीक्षा करते हुए यह कहता है कि इन पदार्थों की जानकारी के लिए हमें कृति (इच्छा) की जरूरत लेना चाहिए। बैएट का सिद्धान्त है कि आत्मिक शक्तियों में बुद्धि नहीं किन्तु कृति प्रधान है। और यही समस्त शक्तियों का आधार है।

हर्बर्ट स्पेंसर—प्रसिद्ध अंग्रेजवादी हर्बर्ट स्पेंसर आत्मा और परमात्मा यहाँ तक कि विज्ञान के मूल कारण को भी मनुष्य के बनसाना है। स्पेंसर के मतानुसार

ईश्वर और आत्मा का अस्तित्व है या नहीं यह बात मनुष्य के ज्ञान से अतीत है।

हक्सले—यह नास्तिकवाद का समर्थक है इसके मतानुसार ईश्वर, आत्मा वगैरह कुछ भी नहीं है। आत्मा कलत्ररस से बनती है यह एक चिपचिपा और दानेदार पदार्थ है। यह चार प्रकार के पदार्थों के संयोग से बनता है।

( १ ) कार्यन ( २ ) हाइड्रोजन ( ३ ) ऑक्सिजन और ( ४ ) नाइट्रोजन पर अभी तक इस बात का पता नहीं चलता है कि ये चारों पदार्थ कितनी २ मात्रा में मिलाने से “कलत्ररस” बनता है। इस प्रकार नास्तिकवाद का समर्थन करके भी ये अपने विषय को पूर्ण नहीं कर सके हैं। इसी मत का मानने वाला प्रसिद्ध तत्त्व ज्ञानी हैकल भी है।

व्यूटे—यह तत्त्व ज्ञानी जर्मनी के अन्तर्गत हुआ है। इस तत्त्व वेत्ताने सृष्टि के प्राथमिक स्वरूप का अध्ययन करने के पश्चात् भौतिकवाद का पूरा समर्थन किया था। इसने निर्द्वन्द्व होकर कहा था कि प्रत्यक्ष अनुभव के सिवा कोई भी बात ग्रहण करना मूर्खता है। पर जब उसका ज्ञान अधिक विकसित हुआ और मन, बुद्धि और प्राण की क्रियाओं का उसे अनुभव होने लगा तब उसे अपने सिद्धान्त पर सन्देह होने लगा। उसने इस प्रश्न को भौतिक शास्त्र के द्वारा दल करने का तीस वर्ष तक प्रयत्न किया। पर जब कुछ भी समाधान न हो सका तब उसने भौतिक शास्त्र का अपूर्ण स्वीकार किया और अपने पूर्ण सिद्धान्तों को पूर्णतया में किया हुआ पाप ठहराया। उसने कहा कि जगत् के दृष्टो कारण में कुछ अज्ञ येसा भी है जो अतीन्द्रिय है। और जिसके जानने में भौतिक शास्त्र विलकुल असमर्थ है।

सर ओलिवर लॉज—प्रसिद्ध तत्व ज्ञानी ओलिवर लॉज भी पहले अनात्मवादी थे। लेकिन दीर्घ अध्ययन पश्चात् उन्होंने भी यही बात कही—

But it is so be supposed that the complex aggregate of atoms generated the life and mind in the protoplasm. That is the so-called materialistic view but to me it seems an erroneous one and it is certainly one that is not proven.

Sir Oliver Lodge's

Life and Matter.

अर्थात् भौतिक शास्त्रवादियों का यह कथन है कि केवल अनेक परमाणुओं के संयोग ही से प्राण उत्पन्न होते हैं। पर मेरी यदि इस मत को स्रम पूर्ण मानती है। प्रयोग करने पर यह बात (प्राणोत्पत्ति) असाध्य टहर चुकी है।



# पाँचवा अध्याय

## भूगोल ।

रात्रि में समस्त हुए असंख्य तारागणों को, चिन्ता की हुई  
चान्दनी को, और दिन में उदित सूर्य को देख कर कितना  
हृदय आनन्द से प्रकुक्षित नहीं हो जाता । प्रकृति ने हम सोंगों  
के लिए कितनी सुन्दर देनें रक्की हैं ।

इनको देख कर जहाँ हमें आनन्द होता है वहाँ ग्राह्य  
भी होता है । ये सब क्या हैं ? यहाँ से कितनी दूर है सब  
घातें जानने की हमारी स्वाभाविक उत्कण्ठा होती है । भूगोल  
हमारी इसी उत्कण्ठा को पूर्ण करता है ।

भूगोल के मत से यह सारी पृथ्वी अण्डे की तरह गोल है ।  
इसके गोल सिद्ध करने के कई दृढ़ प्रमाण भी हैं । पृथ्वी की  
भाँति चन्द्रमा भी एक गोला है । इसका व्यास २१७२ मील  
है । हमारी पृथ्वी से यह २४०००० मील दूर है । पृथ्वी का  
गोला घूमता हुआ सूर्य की परिक्रमा करता है और चन्द्रमा  
का गोला पृथ्वी की परिक्रमा करता है । यदि पृथ्वी रुक  
होती तो चन्द्रमा को अपने एक भ्रमण में २७ दिन ८ घंटे  
लगते पर चूंकि पृथ्वी भी चलती है इसलिए चन्द्रमा को  
उसके भ्रमण में २९½ दिन के लगभग लग जाते हैं । इसी को  
हिन्दू मास कहते हैं ।

**ग्रहण**

यह हम पहले लिख आये हैं कि चन्द्रमा पृथ्वी की और पृथ्वी सूर्य की परिक्रमा करती है। इस परिक्रमा में कभी २ ऐसी दशा हो जाती है कि—

(१) सूर्य और चन्द्रमा के बीच में पृथ्वी आ जाती है—  
अथवा।

(२) पृथ्वी और सूर्य के बीच में चन्द्रमा आ जाता है।

पहली दशा में चन्द्रग्रहण और दूसरी स्थिति में सूर्य ग्रहण होता है।

**ज्वार भाटा**

ज्वार भाटे का मूल कारण चन्द्रमा है और थोड़ासा दखल सूर्य का भी है।

“ज्वार” और भाटा ये दो अलग २ शब्द हैं। समुद्र में असाधारण पानी के चढ़ाव को ज्वार और उतार को भाटा कहते हैं। प्रत्येक दिन रात में समुद्र में दो बार ज्वार और भाटा आता है। पूर्णिमा और अमावस्या के दिन इसका बड़ा जोर रहता है। ज्यों २ यह तिथियाँ दूर होती हैं त्यों २ ज्वार भाटे का जोर कम होता है।

इस ज्वार भाटे का मूल कारण आकर्षण शक्ति है। सूर्य पृथ्वी से बहुत दूर है अतएव उसका आकर्षण पृथ्वी पर बहुत कम असर करता है। पर चन्द्रमा नजदीक होने से उसका आकर्षण बहुत अधिक असर करता है। पृथ्वी के परमाणु तो चिपके हुए रहते हैं अतः वे तो उधर को जा नहीं सकते। पर जल के परमाणु अलग होने से आकर्षण शक्ति के प्रभाव से दौड़ते हैं। यस यही ज्वार है और इसके उतार हो को भाटा कहते हैं।

ब्रह्मपुत्र—मान सरोवर से निकल कर, आसाम, बंगाल आदि प्रान्तों में बहती हुई बंगाल की खाड़ी में गिरती है।

नर्मदा—अमर कंटक पर्वत से निकल कर अरब समुद्र में गिरती है।

ताप्ती—सतपुड़ा से निकल कर अरब समुद्र में गिरती है।

गोदावरी—पश्चिमी घाट से निकल कर बंगाल की खाड़ी में गिरती है।

कृष्णा—गोदावरी की सहायक नदी है।

चम्बळ—हसलपुर ( इन्दौर ) के पास से निकल कर यमुना गिरती है।

खतलज, व्यास, रावी, चिनाव, और भेलम पञ्जाब में, येतघा, काली सिंध मध्यभारत में, घाघरा, गोमती, रामगङ्गा, राप्ती, सोन, केन, काली नदी आदि संयुक्त प्रदेश में, महानदी, कावेरी दक्षिण में और इरावती ब्रह्मा में हैं।

हील—मान सरोवर हिमालय में, उत्तर उत्तर काश्मीर में, सांभर राजपूताने में, पुलफिट कर्नाटक में, चिल्का उड़िसा में, कालर उत्तरी अर्काट में और सुनार बरार में है।

भायहवा—आबहवा के लिहाज से यह देश गर्म देशों में गिना जाता है। पर यहाँ पर हर प्रकार की आयहवा पाई जाती है। पर्वतों पर सर्व, नदियों के किनारे गर्म, और समुद्र के नजदीक मातदिल आयहवा है।

मुख्य पैदावारी—चावल, गेहूँ, जौ, मन्ना, तिल, दूध, सन, चाय, अफीम, सिनकोना, नील, रेशम, लींग, इलायची, काली मिर्च, आदि यहाँ की पैदावार है। साग और फल भी यहाँ बहुतसारे से होते हैं।

खनिज पदार्थ—हीरा, सोना, टोन, लौहा, कोयला, मँगनीज,

विषय का विस्तृत विवेचन किसी भौगोलिक ग्रन्थ  
आवश्यक है। इस छोटी सी पुस्तक में इसका अधिक  
वर्णन किया जा सकता है।

### हिन्दुस्थान की सीमा

—हिमालय पर्वत की श्रृंखला है जो भारतवर्ष को  
(चीन) से अलग करती है।

—चीन का कुछ हिस्सा और बंगाल की खाड़ी है।

—हिन्द महासागर है।

—हिन्दुकुश पर्वत, अरबसमुद्र सुलेमान पहाड़  
स्थान है।

### विस्तार

का विस्तार काश्मीर से लेकर कन्याकुमारी तक  
और चौड़ाई बिलुचीस्थान से लेकर पूर्वी बर्मा  
इसका क्षेत्रफल १८ लाख २ हजार मील के

### हिन्दुस्थान की बड़ी २ नदियाँ

हिमालय पर्वत से निकल कर, तिब्बत, काश्मीर  
तों में बहती हुई अरब समुद्र में गिरती है।  
१००० मील है। यह सब से बड़ी नदी है।

हिमालय के गङ्गोत्री नामक स्थान से निकल  
बिहार आदि प्रांतों में बहती हुई बंगाल की  
खाड़ी में गिरती है। इसकी लम्बाई १५२० मील है। यह नदी  
जमीन समझी जाती है।

गङ्गोत्री ( हिमालय ) के निकल कर बंगाल  
में शामिल हो जाती है।

ब्रह्मपुत्र—मान सरोवर से निकल कर, आसाम, बंगाल आदि प्रान्तों में बहती हुई बंगाल की खाड़ी में गिरती है।

नर्मदा—अमर कंटक पर्वत से निकल कर अरब समुद्र में गिरती है।

ताप्ती—सतपुड़ा से निकल कर अरब समुद्र में गिरती है।

गोदावरी—पश्चिमी घाट से निकल कर बंगाल की खाड़ी में गिरती है।

कृष्णा—गोदावरी की सहायक नदी है।

कन्नड—हसलपुर ( इन्दौर ) के पास से निकल कर यमुना गिरती है।

सतलुज, व्यास, राप्ती, चिनाव, और भेलम पञ्जाब में, वेतवा, काली सिंध मध्यभारत में, घाघरा, गोमती, रामगङ्गा, राप्ती, सोन, केन, काली नदी आदि संयुक्त प्रदेश में, महानदी, बाँघेरी दक्षिण में और ईरावती ब्रह्मा में हैं।

हीड—मान सरोवर हिमालय में, उत्तर उत्तर काश्मीर में, सांभर राजपूताने में, पुलकिट कर्नाटक में, चिल्का उड़ीसा में, कालर उत्तरी अर्काट में और तुनार बरार में है।

आषहवा—आषहवा के लिहाज से यह देश गर्म देशों में गिना जाता है। पर यहाँ पर हर प्रकार की आषहवा पाई जाती है। पर्यंतों पर सर्व, नदियों के किनारे गर्म, और समुद्र के नजदीक भातविल आषहवा है।

मुख्य पदार्थ—चावल, गेहूँ, जौ, गन्ना, तिल, हरि, सन, चाय, अफीम, सिनकोना, मीठ, रोशम, लीम, इलायची, काली मिर्च, आदि यहाँ की पैदावार है। साग और फल भी यहाँ बहुतसारे से होते हैं।

खनिज पदार्थ—हीरा, सोना, टीन, लौहा, कोयला, मँगनीज,

इस विषय का विस्तृत विवेचन किसी भौगोलिक ग्रंथ में देखना चाहिए। इस छोटीसी पुस्तक में इसका अधि-  
विवेचन नहीं किया जा सकता।

### हिन्दुस्थान की सीमा

उत्तर में—हिमालय पर्वत की श्रेणी है जो भारतवर्ष की  
तिब्बत ( चीन ) से अलग करती है।

पूर्व में—चीन का कुछ हिस्सा और बङ्गाल की खाड़ी है।

दक्षिण में—हिन्द महासागर है।

पश्चिम में—हिन्दुकुश पर्वत, अरबसमुद्र सुलेमान पहाड़  
और बिलोचीस्थान है।

### विस्तार

इस देश का विस्तार काश्मीर से लेकर कन्याकुमारी तक  
२५०० मील और चौड़ाई बिलोचीस्थान से लेकर पूर्वी बर्मा  
तक २५०० है। इसका क्षेत्रफल १८ लाख २ हजार मील के  
करीब है।

### हिन्दुस्थान की बड़ी २ नदियाँ

सिंध नदी—हिमालय पर्वत से निकल कर, तिब्बत, काश्मीर  
पञ्जाब आदि प्रान्तों में बहती हुई अरब समुद्र में गिरती है।  
इसकी लम्बाई १८०० मील है। यह सब से बड़ी नदी है।

गङ्गा नदी—हिमालय के गङ्गोत्री नामक स्थान से निकल  
कर, संयुक्त देश, बिहार आदि प्रान्तों में बहती हुई बङ्गाल की  
खाड़ी में गिरती है। इसकी लम्बाई १५२० मील है। यह नदी  
हिंदुओं की परम पूजनीय समझी जाती है।

यमुना नदी—यम्नोत्री ( हिमालय ) से निकल कर अलाहा-  
बाद के पास गङ्गा में शामिल हो जाती है।

महपुत्र—मान सरोवर से निकल कर, आसाम, बंगाल आदि प्रान्तों में बहुतो दूर बंगाल की खाड़ी में गिरती है।

नर्मदा—अमर कंटक पर्वत से निकल कर अरब समुद्र में गिरती है।

ताप्ती—सतपुड़ा से निकल कर अरब समुद्र में गिरती है।

गोदावरी—पश्चिमी घाट से निकल कर बंगाल की खाड़ी में गिरती है।

कृष्णा—गोदावरी की सहायक नदी है।

धम्मल—हसलपुर ( इन्दौर ) के पास से निकल कर यमुना गिरती है।

सतलज, व्यास, राघो, चिनाव, और झेलम पञ्जाब में, वेतवा, काली सिंध मध्यभारत में, घाघरा, गोमती, रामगङ्गा, राप्ती, सोन, केन, काली नदी आदि संयुक्त प्रदेश में, महानदी, कावेरी दक्षिण में और ईरावती ब्रह्मा में हैं।

हील—

सांभर राज, . . . . . काश्मीर में,  
कालर उत्तरी अर्काट में और तुनार बरार में है। उड़िसा में,

भाबहवा—आबहवा के लिहाज से यह देश गर्म देशों में गिना जाता है। पर यहाँ पर हर प्रकार की आबहवा पाई जाती है। पर्यंतो पर सर्व, नदियों के किनारे गर्म, और समुद्र के नजदीक मातृशिल आबहवा है।

मुख्य पैदावारी—चायल, गेहूँ, जौ, गन्ना, तिल, दूध, सब, चाय, अफीम, सिनधोना, नील, रेशम, लींग, इलायची, काली मिर्च, आदि यहाँ की पैदावार है। साग और फल भी यहाँ बहुतायत से होते हैं।

सामान्य पदार्थ—हीरा, सोना, टाँन, लौहा, कोयला, मँगनीज,

## हरफून मौला

संगमरमर, नमक, मिट्टी का तेल, तांबा, सीसा खाने हैं।

रेलवे—हिन्दुस्थान में मुख्य २ रेलवे लाईन ईस्ट इण्डियन रेलवे—(E. I. R.) इसकी मुकत्ता से कालका तक गई है। इस लाईन पर हुयड़ा, धर्दमान, पटना, इलाहाबाद, कानपुर, गढ़, गाज़िया बाद, दिल्ली, अम्बाला आदि हैं।

इसकी और भी छोटी छोटी शाखाएँ हैं।

भवध स्लेलखंड रेलवे—(O. R. R.) मुगलसर पुर तक जाती है। इस लाईन पर मुख्य मुख्य रायबरेली, लखनऊ, हरदोई, बरेली मुरादाबाद इसकी भी कई शाखाएँ हैं।

नार्थ वेस्टर्न रेलवे—(N. W. R.) यह लाईन लाहौर और पेशावर तक गई है। इसके किनारे मेरठ, सहारनपुर, अमृतसर, लाहौर मुल्तान, पेशा आदि हैं। इसकी और भी शाखाएँ हैं।

ग्रेट इण्डियन पेनिनसुला रेलवे—(G. I. P.) इस लाईन कोई नहीं है। तीन चार बड़ी २ शाखाएँ हैं। यम्बई मनमाड़, जँडवा, भोपाल, उज्जैन, दिल्ली आदि

यम्बई बरोदा व सेन्ट्रल इण्डिया रेलवे—यम्बई से जाती है। यह बड़ी लाईन है। इसकी छोटी लाईन अहमदाबाद से दिल्ली को जाती है। इसके किनारे यम्बई, पड़ोदा, सुरत, गोद्रा, रतलाम, भवानीगंज, के अजमेर, जयपुर, अहमदाबाद आदि हैं।

मत—प्रांतीय हिन्दुस्थान में सैकड़ों पंथ और मत म



पर मुख्य ये हैं, हिन्दू, बौद्ध, जैन, सिख मुसलमान, ईसाई आदि।

हिन्दुओं के प्रसिद्ध तीर्थ स्थान—बनारस, इलाहाबाद, अयोध्या, चित्रकूट, हरिद्वार, पद्मनाथ, केदारनाथ, हृषीकेश, मथुरा, वृन्दावन, विन्ध्यवासिनी, गया, जगन्नाथ पुरी, वैजनाथ, कुण्डीक, नगरकोट, पुष्कर, प्रारका, नासिक, गिरनार, रामेश्वर, कांची-नरम, मद्रास, उडुपी, आदि हैं।

जैनियों के प्रसिद्ध तीर्थ स्थान—उम्मेद शिखर, गिरनार, चम्पा पुरी, पांथापुरी, कैलाश, धारू, जैनमठ, मूलमठ, बनारस, चन्द्रपुरी, गारनाथ, तिरुवर कूट, मद्रासी पार्थिवनाथ, महावीर जी, ऐलमदेव जी, आदि हैं।

बुद्धों के प्रसिद्ध तीर्थ स्थान—कलकत्ता, बम्बई, मद्रास, कानौर, हनुार, अहमदाबाद, भद्राच, प्यापट, नागपुर, बानपुर, धारंग-वाल बनारस आदि हैं।

सिखों के प्रसिद्ध तीर्थ—कलकत्ता, मद्रास, बम्बई, इलाहाबाद, देहली आगरा, भरतपुर, मूलाना, चित्तौड़, अटक, ब्यालियर, जैपुर, गुजरात आदि हैं।

### प्रसिद्ध शहर मय प्रसिद्धि के

कलकत्ता—भारतवर्ष का सबसे बड़ा शहर है। यहाँ अच्छी देवी का प्रसिद्ध मन्दिर है। विभाजितालय, अत्रायनर, टक-माला हाईकोर्ट आदि देखने लायक स्थान हैं, यह शहरों का बड़ा शहर है। यह शहर में बहुत माल यहाँ आता है। यहाँ अण्ड के अण्ड के कारण भी है।

हृषीकेश—हृषीकेश पर मद्रास का अण्ड और देवता के अण्डों के अण्ड प्रसिद्ध है।

संगमरमर, नमक, मिट्टी का तेल, तांबा, सीसा, गंधक आदि खाने हैं।

रेलवे—हिन्दुस्थान में मुख्य २ रेलवे लाइन निम्नांकित हैं।

ईस्ट इण्डियन रेलवे—(E. I. R.) इसकी मुख्य लाइन कलकत्ता से कासगाँव तक गई है। इस लाइन पर मुख्य स्टे दण्डा, पर्समान, पटना, इलाहाबाद, कानपुर, इटावा, अगढ़, गाज़ियाबाद, दिल्ली, अमृतसर आदि हैं।

इसकी और भी छोटी छोटी शाखाएँ हैं।

भारत स्टेशन रेलवे—(O. R. R.) मुगलसराय से सहायपुर तक जाती है। इस लाइन पर मुख्य मुख्य शहर—बनारस, रायबरेली, लखनऊ, हरदोई, बरेली, मुरादाबाद आदि हैं। इसकी भी कई शाखाएँ हैं।

नार्थ वेस्टर्न रेलवे—(N. W. R.) यह लाइन देहली से लाहौर और पेशावर तक गई है। इसके किनारे मुख्य शहर—मेरठ, सहारनपुर, अमृतसर, लाहौर, मुल्तान, पेशावर, कराँच आदि हैं। इसकी और भी शाखाएँ हैं।

ग्रेट इण्डियन पेनिनसुला रेलवे—(G. I. P.) इसकी लम्बी लाइन कोई नहीं है। तीन चार बड़ी २ शाखाएँ हैं। इसके किनारे बम्बई, मनमाड, खंडवा, भोपाल, उज्जैन, दिल्ली आदि हैं।

बम्बई बरोदा व सेंट्रल इण्डिया रेलवे—बम्बई से दिल्ली तक जाती है। यह बड़ी लाइन है। इसकी छोटी लाइन भी है जो अहमदाबाद से दिल्ली को जाती है। इसके किनारे वाले शहर बम्बई, घड़ोदा, सूरत, गोव्रा, रतलाम, भवानीगंज, कोटा, मथुरा, अजमेर, जयपुर, अहमदाबाद आदि हैं।

मत—यौतों हिन्दुस्थान में सैकड़ों पंथ और मत मतान्तर हैं।

पर मुख्य ये हैं, हिन्दू, बौद्ध, जैन, सिख मुसलमान, ईसाई आदि।

हिन्दुओं के प्रसिद्ध तीर्थ स्थान—वनारस, इलाहाबाद, अयोध्या, बिष्णुकूट, हरिद्वार, वदोनाथ, केदारनाथ, हृषीकेश, मथुरा, वृन्दावन, विन्ध्याचल, गया, जगन्नाथ पुरी, वैजनाथ, कुदलेश्वर, नगरकोट, पुष्कर, धारका, नासिक, गिरनार, रामेश्वर, कांचीनरम, मदुरा, उडीन, आदि हैं।

जैनियों के प्रसिद्ध तीर्थ स्थान—सम्मेल शिखर, गिरनार, चम्पापुरी, पांचापुरी, कैलास, आदू, जैनमठो, मूलमठो, वनारस, चन्द्रपुरी, सारनाथ, सिद्धवर कुंड, मकशी पार्श्वनाथ, महाधीरजी, रिपभदेय जी, आदि हैं।

करंद बुनने के कारखाने—कलकत्ता, बम्बई, मद्रास, काननौर, इन्दौर, अहमदाबाद, भडौंच, व्यावर, नागपुर, कानपुर, धार-याल वनारस आदि हैं।

प्रसिद्ध किछे—कलकत्ता, मद्रास, बम्बई, अलाहाबाद, देहली आगरा, भरतपुर, मुलतान, चित्तौड़, अटक, ग्वालियर, जैपुर, पुनार आदि हैं।

### प्रसिद्ध शहर मय प्रसिद्धि के

कलकत्ता—भारतवर्ष का सभ से बड़ा नगर है। यहां काली देवी का प्रसिद्ध मन्दिर है। विध्विषालय, अजायबघर, टक-शाल हार्बोर्ट आदि देखने लायक स्थान हैं, यह जहाजों का बड़ा स्टेशन है। बाहर से बहुत माल यहाँ आता है। यहाँ कागज के कारखाने के कारखाने भी हैं।

मुमिदाबाद—हाथी दांत पर नकशी का काम और रंगमों कपड़ों के लिये प्रसिद्ध है।

पटना—गंगा के किनारे है। पुराने समय में मौर्य वंश और गुप्तवंश की राजधानी था। यहाँ नील और शोरे का बहुत व्याप होता है।

गया—यह हिन्दू और बौद्धों का तीर्थ स्थान है। यहाँ बौद्धों का मन्दिर है। उसमें की मूर्ति बड़ी ही अच्छे देखने लायक है।

अछाहाबाद—गंगा व यमुना नदियों के संगम पर पस हुआ है। यह हिन्दुओं का प्रसिद्ध तीर्थ स्थान है। इसका दूसरा नाम प्रयाग भी है। यहाँ हर १२ साल में एक बहुत बड़ा मेला पड़ता है। यहाँ किला अशोक स्तंभ, युनिवर्सिटी मैथोहाल आदि दर्शनीय वस्तुएँ हैं।

कानपुर—गंगा के किनारे है। चमड़ा चीनी, और कपड़े के कारखाने हैं। अनाज की बड़ी मन्डी है। मेमोरियल देखने लायक है। यहाँ ऊनी कपड़े का कारखाना है।

वाराणसी—इसका दूसरा नाम काशी है। हिन्दुओं का प्रसिद्ध तीर्थ स्थान है। रेशमी साड़ी, कुपट्टे, कीमत्ताय, ताँपे पीतल के बर्तन बहुत प्रसिद्ध है। यह संस्कृत विद्या का केन्द्र स्थान है। हिन्दू विश्वविद्यालय देखने लायक है।

झाँसी—यहाँ के ऊनी गलीचे बहुत मशहूर हैं।

देहरादून—यहाँ के चांपल और चाय बहुत मशहूर है। जंगल का कालेज और फौजी कालेज मशहूर हैं। यही से मन्तूरी आने का रास्ता है।

अलीगढ़—यहाँ ताले अच्छे बनते हैं। यह मुसलिम युनिवर्सिटी के लिये मशहूर है।

मुत्तराबाद—रामगंगा के किनारे पर बसा हुआ है। यहाँ नकाशी और कलई बहुत अच्छी होती है।

उत्तराखण्ड—नयाबों के समय में अयध की राजधानी थी।

यहाँ पर गोट, चिकन का काम अच्छा होता है। छत्र मञ्जिल मेडिकल कॉलेज, युनिवर्सिटी, इमामबाड़े घघम् भूल भूलेयाँ देखने योग्य हैं।

हार्दर—रायो नदी पर बसा हुआ है। यहाँ युनिवर्सिटी के बहुत से कालेज हैं। मेडिकल कॉलेज, रेल्वे चक्रेण मद्दाराज एम्प्लोयर्स का मकबरा, और हार्दकोर्ट आदि देखने लायक हैं।

भयनगर—सिक्खों का तीर्थ स्थान है। यहाँ के दुयाले और गल्लोवे बहुत मशहूर हैं। खोने का मन्दिर देखने लायक बना है।

गसल गिरी—पञ्जाब की बड़ी छापनी है। यहाँ मंवे और ऊनी कारें की बहुत निज्जान्त होती हैं। काश्मीर जाने का रास्ता यही रास्ता है।

देहली—यमुना नदी के किनारे हिन्दुस्थान की राजधानी है। प्राचीन समय में भी यह हिन्दुओं की राजधानी रही थी। इस समय इसका नाम इन्द्रप्रस्थ था। इस शहर पर कई जातियों का अधिपत्य रहा। यहाँ गोट, खोना, चाँदी, और हाथी दाँत का काम बहुत अच्छा होता है। यहाँ किला, कुतुब मीनार, हुमायूँ का मकबरा आदि देखने योग्य हैं।

लाहौर—प्राचीन समय में नीलगा की राजधानी थी। बड़ा व्यापारिक स्थान है। रई के कपड़ों के कारखाने हैं। यहाँ के खानदान बहुत मशहूर हैं।

अमृतसर—व्यापारिक स्थान है। अमरसर की छोटी अच्छी बनती है। रीसे और मिरी के बस्त्र के कई कारखाने हैं।

बम्बई—यह हिन्दुस्थान का सबसे बड़ा और व्यापारिक बन्दरगाह है। यहाँ रेलवे स्टेशन, युनिवर्सिटी, लाहौर हाउस, आदि देखने लायक हैं। विवादायक जाने का रास्ता यहाँ से है।

हिन्दुस्थान भर में सबसे सुन्दर शहर है। यहाँ समुद्र के किनारे चौपाटी का दृश्य बड़ा ही सुन्दर है।

भइमदाबाद—यहाँ पर रुई, रेशम और चमड़े के कारखाने हैं। इण्डियन नेशनल कांग्रेस का ३५वाँ वार्षिकोत्सव यहीं पर हुआ था। इस उत्सव के बराबर अभी तक कोई कांग्रेस नहीं हुई। महात्मा गांधीजी का सत्याग्रह आश्रम यहाँ से कुछ दूर पर सावरमती नामक स्थान में है।

भदोच—कपड़े के बहुत कारखाने हैं। नर्मदा नदी पर प्रसिद्ध बन्दर शाह है।

पूना—यहाँ की आब हवा अच्छी है। यहाँ फर्ग्युसन कालेज देखने योग्य है।

मद्रास—हिन्दुस्थान में तीसरे नम्बर का शहर है। यहाँ जहाजी व्यापार बहुत होता है। यहाँ से रुई, कद्दावा, चमड़ा, चाय, चावल, मसाले अन्य देशों को जाते हैं। यहाँ का किला, हाइकोर्ट, तथा युनीवर्सिटी देखने लायक है।

द्रावणकोर—मलाबार किनारे पर स्थित है। पानी बहुत बरसता है। चावल, नारियल, मसाले, आबनूस बहुतायत से होते हैं।

अजमेर—प्राचीन समय में पृथ्वीराज की राजधानी थी। यहाँ राजाओं के लड़कों के लिये कालेज है। क्याजासाहब की दरगाह देखने लायक है। यहाँ शाहजहाँ बादशाह के बनाए हुए कई मकान हैं। डारि दिन का झोपड़ा और आनासागर भी देखने लायक है।

धीनगर—(काश्मीर) भेलम नदी के किनारे पर स्थित है। यहाँ का प्राकृतिक दृश्य देखने योग्य है। लोग इसे हिन्दुस्थान का स्वर्ग भी कहते हैं। यहाँ ऊनी कपड़े, कालीन और शाल अच्छे होते हैं।

बंगला—यह पड़ीवा स्टेट की राजधानी है। यहाँ पर महापत्र के बनाए हुए महल सोने, चाँदी की तोपें, और संनृत लायनेरी आदि स्थान देखने लायक हैं। यहाँ की पड़ोस बहुत अच्छी है।

मंगला—यहाँ खान्दान की लकड़ी का आधनूस का काम अच्छा होता है।

बंगला—अच्छा व्यापारक नगर है। यहाँ ऊनी प सूती कपड़ों के कारखाने हैं। यहाँ की आवश्यकता सब रोगियों के लिए अच्छी है।

जयपुर—बहुत सुन्दर शहर है। यहाँ संगमरमर और पीतल का काम बहुत अच्छा होता है। यहाँ का हथामहल, रामनिवास बाग, राजासबहार आदि देखने योग्य हैं। यहाँ का प्राकृतिक शौन भी बहुत अच्छा है। कलाकर, भुंड, पीतल के बर्तन आदि भरपूर हैं।

बांकास—साब पाथर का बहुत अच्छा किला बना हुआ है।

भातपुर—यहाँ का किला भी बहुत मजबूत है।

हरद्वारा—यह एक प्रसिद्ध ऐतिहासिक स्थान है। पास ही हथोपादी में महागणा प्रताप और अरुणर की लड़ाई हुई थी। यहाँ महागणाओं के बनाये हुये मंदिर भोज के किनारे बहुत अच्छे बने हैं। यहाँ का जगन्निन्दर जगन्निवास भगवत् सागर, आदि सब भरपूर सात्वत देखने लायक हैं। प्राकृतिक दृश्य भी शोभाय है।

जयपुर—यहाँ का किला हिन्दुधर्म के सब कितों से अच्छा बना हुआ है। यह ऐतिहासिक स्थान है। अरुणर ने इस किले के किनारे महागणा प्रताप से कई युद्ध किये थे। यहाँ पर

राणाओं की राजधानी थी। महाराणी पद्मिनी जो इतिहास प्रसिद्ध हैं यहीं की थी।

ग्यालियर—सिंधिया महाराज की राजधानी है। व्यापारि स्थान है। यहाँ का पुराना किला मशहूर है।

उज्जैन—यह बहुत प्राचीन नगर है। हिन्दुओं का तीर्थ स्थान है। यहाँ भर्तृहरि की गुफा देखने लायक है।

इन्दौर—होलकर महाराज की राजधानी है। व्यापारिक मुख्य स्थान है। यहाँ की रौनक देखते ही बनती हैं। यह डेली कालेज, होलकर कालेज, क्रिश्चियन कालेज, शिवाजी राई स्कूल, जैन हाई स्कूल, लालबाग, हवाई महल, राजमहल घंटाघर, महल बाड़ा आदि देखने लायक है। यहाँ कपड़े बुनने के ६ मिल्स हैं यहाँ से पास ही राऊ में एक ग्लास का कारखाना है।

भोपाल—मुसलमानी राज्य है यहाँ का राज्य यहाँ की रानी साहया करती हैं। यहाँ पर बहुत बड़ा तालब है जो देखने लायक है।

पन्ना—यहाँ हीरे और पन्ने की खाने हैं।



# छठा अध्याय

## इतिहास

सिमाज और देश की उत्पत्ति के लिए साहित्य में जिन २ शास्त्रों की आवश्यकता होती है इतिहास भी उनमें से एक प्रधान शास्त्र है। बिना भूतकाल का प्रकाश पर्यन्तमान पर पड़े हम उन पारमार्थिक तथ्यों के ज्ञानमें से असमर्थ रहते हैं, जिनके द्वारा भूतकालिक जातियों का उद्भवान्ति या अवनान्ति होती थी। इस ज्ञान के बिना हमारा मार्ग प्रकाश मान नहीं हो सकता। हम लोग अपने मार्ग को जब तक बगड़क रहित नहीं बना सकते जब तक कि हम पूर्वजों के अनुभवों से शिक्षा ग्रहण न कर लें।

इतिहास इसी काम को पूरा करता है, यह हमारे पूर्वजों के अनुभव हमें बतलाता है। यह विज्रप्ता के आकस्मिक की तरह भूतकाल का प्रकाश पर्यन्तमान काल पर डालता है। यह भूतकालिक जातियों के उद्भाव और पतन का इवट्ट बिज हमारे सामने रख देता है, जिसका अभ्यस्य हम पर्यन्तमान समाज की उत्पत्ति और प्रगति के तथ्यों का ज्ञान सहज ही में हासिल कर सकते हैं।

काव्यमय में देखा जाय तो इतिहास से बहुत अधिक लाभ बहुत कुछ उपकार सम्भव होगा है। इतिहास बहुत अधिक के द्विपे दुष्टदृष्टियों को प्रकट करने का एक कर्मोद्देशक है।

प्राचीन काल में जब मानवीय सभ्यता का पूर्ण विकास नहीं हुआ था इतिहास लिखने की प्रथा नहीं थी। भारतवर्ष में भी पुराण प्रथा तो बहुत प्राचीन काल से चली आती है पर इतिहास लिखने की प्रथा यहाँ पर भी नहीं थी। इस पद्धति का प्रथम पुरस्कर्ता यूनानी विद्वान "हिरोडोटस" माना जाता है। यहाँ पर इस घात का खयाल रखना चाहिए कि सन्, तिथियों और नामों का ज्ञान करा देने से अथवा अरेबियन नाइट्स की तरह किस्से सुना देने ही से प्राचीन इतिहास शास्त्र का ज्ञान पूरा नहीं हो जाता। इतिहास उन कारणों की उन परिस्थितियों की खोज करता है जिनके फेर में पड़ कर जातियाँ गुलाम हो जाती हैं, समाज नष्ट हो जाते हैं, सिंहासन उलट जाते हैं और साम्राज्य विखर जाते हैं। वास्तविक इतिहास वही है जिसके अन्तर्गत समाज शास्त्र, मानसशास्त्र और राजनीति शास्त्र का निचोड़ आ गया हो।

### भारतीय इतिहास का अध्ययन

निरन्तर की गम्भीर खोज के पश्चात् भारतवर्ष का इतिहास अद्य तक बौद्ध काल के समीप पहुँचा है। प्रारम्भ ही में हम यहाँ की सामाजिक व्यवस्था को बिगड़ती हुई देखते हैं बुद्ध और महावीर के पहले यहाँ पर ब्राह्मणों ने बड़ा तहलका मचा दिया था। स्वार्थ के वशीभूत होकर उन्होंने मनमानी व्यवस्थाएँ बना ली थीं। शूद्रों के अधिकार पैदा होने लगे तले कुचल दिये थे। यहाँ तक कि यदि कोई शूद्र भूल से भगवद् वेद मंत्र को सुन लेता तो उसके कानों में कीले ठोक दिये जाते थे। यह की पवित्र वेदी निरपराध पशुओं के खून से लाल दी जाती थी। प्रत्येक यज्ञ में हजारों पशु तलवार के धाद से उतार दिये जाते थे।

इतिहास कहता है कि समाज के अन्दर जब ऐसी भयङ्कर स्थिति आती है तब उस स्थिति का प्रतिरोध करने के लिये भयङ्कर किसी अवस्था का उदय होता है।

ऐसी नियमानुसार आगे जाकर हमें इस अत्याचार के विरुद्ध दो अवस्था का नितियाँ उठती हुई देख पड़ती हैं। पहली बौद्ध धर्म की और दूसरी जैनधर्म की। इन दोनों कान्तियों के नेता बुद्ध और महावीर इन अत्याचारों के विरुद्ध जोरदार आवाज उठाते हैं। इस नोबोली चोट से समाज चौकता है, शासकों के अत्याचार बन्द होकर ब्राह्मण धर्म का लोप होने लगता है और उसके स्थान में बौद्ध और जैन दोनों शान्तिप्रिय धर्मों का उदय होता है।

पिर भी वेद की राजनैतिक स्थिति में विशेष अन्तर नहीं आता। यही विचारें हुए छोटे छोटे राज्य स्थान २ पर मिलते हैं। पर इनमें ही में कुरुरत के कानून से एक विशेष घटना घटता है। मगध का राजा नन्द अपने दासी पुत्र चन्द्रगुप्त को नियोजित करता है। यह चन्द्रगुप्त जाकर कुटिल ब्राह्मण चाणक्य की सहायता लेता है। यह ब्राह्मण अपने कुटिल नृति के बल से महानन्द को समूल नष्ट कर देता है और भाग्य के पेर से बड़ी चन्द्रगुप्त मगध के राजतिलासन पर आरुढ़ होता है।

भारत के राजनैतिक रहस्य का एक सौन बदलता है। यह (भारत) उसमें एक ऐसा रूप देखता है जो दादर उसने पहले

\* मगध के राजा नन्द की मृत्यु के बाद चन्द्रगुप्त मगध का राजा बन गया। चन्द्रगुप्त मगध के राजा के रूप में भारत के इतिहास में एक नया अध्याय खोलता है।

कमी नहीं देया था। यह भारत को एक छत्री साम्राज्य के नीचे एक राष्ट्र के रूप में देखता है। चन्द्रगुप्त ने अपने और चाणक्य के पुद्गियल से साम्राज्य में बहुत शीघ्र भारत के अधिकांश भागों को मिला लिया। और सारे साम्राज्य की ऐसी सुन्दर व्यवस्था कर दी कि जिसकी प्रशंसा आजकल के बड़े राजनीतिज्ञ भी करते हैं। उस समय खुफिया विभाग, सेना विभाग, नगर प्रबन्ध विभाग, कृषि विभाग, आयकारी विभाग, न्याय विभाग आदि भिन्न भिन्न विभागों की व्यवस्था कितनी उन्नतिशील और सुन्दर थी यह बात कौटिल्य कृत अर्थशास्त्र पढ़ने से मालूम होती है। रेल और तार के न होते हुए भी गिरनार पर्वत पर सुदर्शन नामक भील साम्राज्य के प्रबन्ध से बन्धती है यह क्या कम आश्चर्य की बात है! यह काल भारतवर्ष की उन्नति का था। इसी काल में विजयी सिकन्दर का गर्वित सेनापति सेल्यूकस चन्द्रगुप्त को पराजित करने आता है पर भारतीय लोहे की चोट से नतमस्तक होकर अपनी प्रिय कन्या को भेंट कर के चला जाता है।

चन्द्रगुप्त के पश्चात् उसका लड़का बिन्दुसार और उसके पश्चात् उसका लड़का अशोक सिंहासनासीन होता है। इस प्रबल प्रतापी सम्राट् के समय में भारतीय सभ्यता की ध्वजा केवल भारत ही में नहीं—संसार में फहराने लगी थी। यह वह समय था जब भारतीय सभ्यता और बौद्ध धर्म का उद्गा, चीन, जापान, जावा, सुमात्रा और अमेरिका तक में घहराने लगा था। ☸ यह सम्राट् धर्म की साक्षात् मूर्ति था। संसार में सब

\* इस बात का विशेष जानकारी के लिये भारतीय सभ्यता और उसका वैश्वव्यापी प्रभाव देखिये।

से प्रथम मुफ्त दवावाने इसीने खुलवाये थे। केवल मनुष्यों को नहीं, पशुओं को चिकित्सा का भी इसने प्रबन्ध किया था। इसको धर्म लिपियों को पढ़ते २ हृदय गद्गद हो जाता है। निःसंकोच होकर कहना पड़ता है कि घरातल के किसी भी भाग ने ऐसा धार्मिक और यशस्वी सम्राट् पैदा नहीं किया।

अशोक के पश्चात् मौर्यवंश में कोई प्रतिभाशाली सम्राट् नहीं हुआ। इसके पश्चात् क्रमशः सुषय, वसुध, सद्गत, शालि, युक्त, सोमशर्मा, और प्रहद्रथ नामक राजा गद्दी पर बैठे। पर इन सब लोगों के समय में मौर्य साम्राज्य को जड़ धीरे धीरे ढोली होती गयी। अन्तिम राजा प्रहद्रथ को उसके सेनापति पुष्यमित्र ने मार डाला। यही से मौर्य साम्राज्य का करीब अन्त हो गया।

मौर्य साम्राज्य के पश्चात् पुष्यमित्र के सुंगवंश का उदय हुआ। इस राजा ने दो अभ्यर्षे पद दिये थे। इसके काल में बाणतर के तत्कालीन शासक मनेरुहर ने आक्रमण किया था, पर मनेरुहर ही की तरह उसे भी हार कर जाना पड़ा था।

सुहृथय के पश्चात् क्रमशः कण्व, आभ्य और कुशानवंश (एक लातारि जाति) के राज्य रहे। कुशानवंश में महाराज बर्निष्क बड़े प्रतापी हुए। उन्होंने भी सम्राट् अशोक ही की तरह बौद्ध धर्म का प्रचार किया।

इस काल में बौद्ध धर्म के अन्तर्वंत बहुत विह्वल उत्पन्न हो गई थी, धर्म का भ्रष्ट करने वाले बहुत से स्वामी लोग दयावाक्य का रूप धारण कर कर के इसमें घुस गये थे। ये लोग भगवान् बुद्ध के बताये हुए भाषों का अपनी इच्छानुसार कर्तव्य-कर लीये का धर्म में हाथ डालते थे। तब बर्निष्क ने बौद्ध धर्म को एक बड़ी सभा करवाकर बोली। इसी सभा में बुद्धों के "महाजल"

और "होनवान" नामक दो फिरके हो गये। एक तरह से देखा जाय तो यहीं से बौद्ध धर्म के पतन का इतिहास प्रारम्भ होता है। इस काल में पाटलिपुत्र आदि कई केन्द्र स्थानों में इन बीजों के संकटों ऐसे अड़े या संघाराम पाये जाते थे जहाँ नित्य प्रति नये २ अनाचार और अत्याचार होते रहते थे।

कुशान वंश के पश्चात् भारत के इतिहास में गुप्त साम्राज्य का प्रारम्भ होता है। इस वंश का सूत्रपात चन्द्रगुप्त नामक राजा से होता है। यह राजा यद्यपि इस साम्राज्य का सूत्रधार है तथापि इस साम्राज्य की पूर्ण उन्नति इसके पुत्र समुद्रगुप्त के समय में होती है। समुद्रगुप्त बड़ा ही उत्साही, महत्वाकांक्षी और युद्ध प्रिय सम्राट् था। इसने अपने जीवन में कोई सौ युद्ध किये होंगे। इसने अपने साम्राज्य का बहुत अधिक विस्तार किया। इस साम्राज्य में भी प्रजा मौर्य काल ही की तरह सुखी और सम्पन्न थी। इसने कोई पचास वर्ष तक राज्य किया।

समुद्रगुप्त के पश्चात् उसकी गद्दी पर उसका पुत्र दूसरा चन्द्रगुप्त, जिसे विक्रमादित्य भी कहते हैं, बैठा। यह सम्राट् समुद्रगुप्त से भी अधिक यशस्वी हुआ। इसके समय में प्रसिद्ध चीनी यात्री फ़ाहियान आया था। उसने उस समय के भारत का जो वर्णन किया है उससे देख कर दातों तले उंगली दवाना पड़ता है। इस काल में भारतीय-साहित्य ने भी बहुत उन्नति की। यहाँ यह बात स्मरण रखना चाहिए कि इस काल में बौद्धधर्म अपनी स्वार्थ जोलुपता से धीरे २ नष्ट होता जा रहा था।

चन्द्रगुप्त के पश्चात् उसका पुत्र कुमारगुप्त तत्कालीन हुआ। प्रारम्भ में तो इसने भी राज-कार्य बहुत अच्छी तरह

सम्पादित किया, पर अपनी वृद्धापस्था में इसने दूसरा विवाह कर लिया था। इस विवाह के करते ही यह राजकार्य को छोड़ कर अपनी बाल पत्नी के साथ विलास मन्दिरों में रहने लगा। पत्र कार्य को ओर से इसने बिलकुल मुज मोड़ लिया। जिस से इसकी सेना और सेनापति तथा शासन और शासन व्यवस्था सब खराब हो गई। ऐसे विकट समय में इस देश के अन्तर्गत महाधर्म नृशंस हण जाति का आगमन हुआ। कुछ दिनों तक तो कुमारगुप्त के पुत्र स्कन्दगुप्त और उसके सेनापति ने धीरतापूर्वक इसका मुकाबिला किया। पर कुमारगुप्त के मरते ही अर्थात् स्कन्दगुप्त के सिंहासनासीन होते ही भारत की भाग्यलक्ष्मी इस जाति के पक्ष में चली गई। जिस प्रकार फ्रान्स के चौदहवें लुई के पाप का फल येचारे सोलहवें लुई को भुगतना पड़ा, उसी प्रकार कुमारगुप्त के पाप का फल स्कन्दगुप्त को भोगना पड़ा।

यहीं से प्रतापी गुप्त साम्राज्य अन्त होता है। इसके बाद से लेकर हर्षवर्द्धन के पहले तक का प्रामाणिक इतिहास अभी तक नहीं मिलता।

इस युग का गिरा हुआ भारत हर्षवर्द्धन के काल में एक बार और उन्नत होता है। कुशल और नैतिज्ञ सम्राट् हर्षवर्द्धन के नीचे जाकर भारतीय समाज एक बार और फलता फूलता है। हर्ष स्वयं एक विद्वान और कवि था। इसके समय में यहाँ के विद्या विभाग ने खूब उन्नति की, नालन्दा और तक्षशिला के विद्यालय उस समय खूब उन्नति पर थे। इसके अतिरिक्त शासन के और २ विभाग भी खूब उन्नति पर थे। इसके समय में प्रसिद्ध चीनी यात्री हुएनसङ्ग आया था। उसने उस समय का पड़ा हो रोचक वर्णन लिखा है।

इसी समय में दक्षिण में राजा पुलकेशी राज्य करता था, यह बहुत प्रतापी था। यहाँ तक कि हर्षवर्द्धन को भी इसके मुकाबिले में हारना पड़ा था।

यस यहाँ से भारत के गौरव का इतिहास खतम होता है। हर्षवर्द्धन के बाद ही यहाँ की सामाजिक और धार्मिक व्यवस्था ऐसी बिगड़ी कि जिसका सुधारना आज भी कठिन हो रहा है। यहाँ की उदारता मूर्खतामय हो गई और मनुष्यत्व अधिचार पूर्ण। इसके दृष्टान्त भारतीय इतिहास में स्थान २ पर देखने को मिलते हैं।

इन्हीं दिनों में अरब के अन्तर्गत महम्मद पैगम्बर का प्राबुर्भाव हुआ और मुसलमानों धर्म की नींव पड़ी। मुसलमान स्वभाव से ही युद्ध प्रिय होते हैं। धीरे २ इन्होंने भारत-वर्ष पर भी आक्रमण किया। सब से पहले सातवीं सदी में मुहम्मद बिन कासिम नामक एक अठारह वर्ष के लड़के ने सात हजार फौज के साथ भारत पर आक्रमण किया। दाहिर ने एक लाख फौज के साथ उससे युद्ध किया। पर हाय! विजय मिलते २ उसकी पताका मुहम्मद के तीर से नीचे गिर पड़ी। जिसके गिरते ही सारी बिजयी सेना भाग निकली दाहिर ने आत्महत्या की, और मुहम्मद उसकी दोनों कन्याओं को पकड़ कर ले गया। इस प्रकार भारतीय नाटक का एक दुःखान्त दृश्य समाप्त हुआ। शायद ही दुनियाँ के किसी इतिहास में ऐसे दृश्य देखने को मिलते हैं।

इसके पश्चात् भारतीय इतिहास में बहुत धोंगा धोंगी के युग का आविर्भाव होता है। महम्मद गज़नवी की सत्रह चढ़ाईयाँ होती हैं। लाखों हाथों से भारतवर्ष की सम्पत्ति लूटी जाती है। बाद में मुहम्मद गोरी की बारह चढ़ाईयाँ होती हैं। पृथ्वी-



गज उस काले साँप को बारबार पकड़ कर शरणागत (?) घर छोड़ देते हैं। इस भयंकर उदारता (या मूर्खता ?) पर परिणाम यह होता है कि एक दिन उसी शरणागत (?) के हाथ से उनके प्राण जाते हैं। और साथ ही देश भी हमेशा के लिए गुलामी के अन्धकार में लीन हो जाता है। पृथ्वी-राज के इस राजनैतिक पाप का फल सारे देश को भुगतना पड़ता है।

गौरी पंथ के बाद गुलाम पंथ का और उसके बाद जिलजी पंथ का उदय होता है। गयागुर्दीन को मारकर अलाउद्दीन तग़ पर बैठता है। यह मेवाड़ के राजा लक्ष्मण सिंह के बड़े भाई की स्त्री "पद्मिनी" की बहुत तारीफ़ सुनकर उसे प्राप्त करने के लिए पिसौड़ पर चढ़ाई करता है। पर जब राजा से पूरा नहीं पड़ता है तो अन्त में उनसे गुलदस्त करके यह पक़वार पद्मिनी को हज़ने की इच्छा प्रकट करता है और मज़ा यह कि राजा उस विषयान्ध की मायना को स्वीकार भी कर लेते हैं। बेशक में पद्मिनी का प्रतिबिम्ब उसे दिखाया जाता है। उसी समय वह मरान्ध हो जाता है। ऐसी स्थिति में भीमसेन उसे पहुँचाने जाते हैं। फल बही होता है जो स्वाभाविकतया होना चाहिये था। भीम सिंह कैद कर लिये जाते हैं। फिर प्रमासान युद्ध होता है। गजपूत और क्षीरतापूर्वक प्राण दे देते हैं। और और अनेक निरपराध शक्तियों को धधकती दूर चिता में बैठ कर भस्म पड़ता है। एक मनुष्य के पाप का प्रायश्चित्त इतने लोगों को करना पड़ता है।

अपने घर में अपने विषयान्ध दण्ड को ला कर धरती लगे कर देखाया, और फिर उसे उसको ज़िन्दगी में घटने पड़े-गा (?) किन्ना बड़ी उदारता (?) है। भारत के

इतिहास को छोड़कर ऐसी उदारता के दृश्य किस इतिहास में मिलेंगे ?

इसके पश्चात् पठान राज्य में कोई उल्लेखयोग्य घटना नहीं मिलती। पठान राज्य के पश्चात् मुग़ल राज्य का उदय होता है। इसका मूल सूत्रधार “बाबर” था। भारत वर्ष में उस समय चित्तौड़ के आसन पर राणा संग्रामसिंह आसीन थे। ये बड़े ही युद्ध कुशल और राजनीतिज्ञ थे। इन्होंने बाबर के खूब ही लुके छुड़ाये। स्वयं बाबर ने अपने रोजनामचे में इनकी बहादुरी की तारीफ़ की है। पर आखिर इनको भी इसी प्रकार की कमजोरी के कारण हारना पड़ा। अन्तिम युद्ध में ये हाथी पर बैठकर युद्ध कर रहे थे। वह समय अतकरीब था जब इनको विजय मिलती। पर इतने ही में इनको एक तोर आकर लगता है। जिससे ये घायल हो जाते हैं, यत्न, इनका पतन देखते ही इनकी सारी फौज़ तीतर धीतर होकर भाग जाती है और विजय अनायास ही बाबर को मिल जाती है।

इस प्रकार की सैनिक कमजोरी के एक नहीं बीसों दृश्य हमारे इतिहास में देखने को मिलते हैं।

बाबर के पश्चात् उसका लड़का हुमायूँ और उसके पश्चात् उसका लड़का अकबर गद्दी पर बैठता है। अकबर बड़ा ही बुद्धिमान, राजनीति चतुर और नेक आदमी था। उस समय हमारे चित्तौड़ के आसन पर प्रातःसरणीय महाराणा प्रताप आसीन थे। अकबर की राजनीति के चक्रुल में आकर प्रायः सब क्षत्रिय अपने मान और इज्जत का हवन कर चुके थे। ऐसे विकट समय में छोटे से मेवाड़ का स्वामी अकेला “प्रताप” भारत के सम्राट् अकबर के सामने प्रकाशमान सूर्य की तरह छाती तानकर खड़ा था। अकबर जला गया था। अकबर ने भी -

भाराम से सोने को जगह नहीं मिली थी, महोने में आधे दिन उपवास काटना पड़ते थे पर इन सब बातों को कोई परवाह न करते हुए राणा प्रताप ने धरावर पचोस धरौं तक अकबर मुकाबिला किया था। यदि प्रताप चाहते तो सब आदमियों का संगठन कर देश को आज़ाद कर सकते थे। पर उन्होंने ऐसा करना स्वीकार नहीं किया। कहना हो पड़ेगा कि धार्मिक संकीर्णता ने उनका भी पिण्ड नहीं छोड़ा था।

अकबर के पश्चान् उसका लड़का जहाँगीर और उसके पश्चान् शाहजहाँ गद्दी पर बैठा। इन लोगों के काल में ऐसी कोई विशेष महत्त्वपूर्ण घटनाएँ न हुईं। शाहजहाँ के पश्चान् उसका लड़का औरङ्गजेब अपने तीन भाइयों को मार कर गद्दी पर बैठा। यह कहकर मुसलमान था, इसकी नीति अकबर से बिल्कुल विपरीत थी। इसने हिन्दुओं पर भयदूर जुल्म किये और अपने जुल्मों से इसने प्रान्ति के अनुकूल सेव उत्पन्न कर दिया। इसके पार बड़े-२ दुश्मन पड़े हो गये। इन्डियन में शिवाजी, मेवाड़ में राजसिंह, बुन्देलखण्ड में छत्रसाल, और पंजाब में गुरु गोविन्द सिंह। औरङ्गजेब की शिन्दगी तक तो किसी प्रबल मुगल साम्राज्य टिका रहा, पर उसके मरते ही यह बालू के ढूँढ़ की तरह गिर पड़ा।

इस काल में फिर भारतवर्ष में धोंगाधोंगी मची। इस काल में मराठे बड़े प्रतापी थे यदि ये कुछ राजनैतिकता के साथ काम लें तो अबश्य अपना साम्राज्य स्थापित कर लेंगे। पर इन्होंने अपना गुल उदर लूट मार ही रक्खा। इस लूट मार में अनुपपन्न का खेरा भी न होता था। उस दुःख एवं कष्टानी की पड़ कर काज भी खो गटे पड़े हो जाते हैं।

इसके पश्चान् धीरे-२ अंग्रेजी राज्य का रूप हुआ।

# सातवां अध्याय

## समाज दर्शन

काहल के दुर्दान्त घमः से—समय की भयङ्कर चोटों से—  
 लुप्त होकर अब भारतवर्ष का हिन्दू समाज तिल-  
 मिला उठा है। उसका शिल्लि अन्न अब इस बात को महसूस  
 करने लगा है कि यदि समय की गति के अनुसार हिन्दू  
 समाज का कायापलट न किया गया तो संसारकी घुड़दौड़ में  
 इसका कुचल जाना अवश्यम्भायी है। बड़े २ मनसो नेता  
 इसकी खिचिन्ना करने में जुले हुए हैं। वे अब उन पुराने पापों  
 को धो डालना चाहते हैं जिनके प्रताप से यह भयङ्कर गुलामी  
 और विषम दुर्दशा हमारे गले में पड़ी है। इस समय प्रायः  
 सारे देश की निगाह—

## हिंदू मंगलन

पर स्थित है। लोगों का अनुमान है—और सच्चा अनुमान  
 है कि मंगलन न होने की वजह से वे आज बरीब तैरह सी  
 वर्षों से हिन्दू-समाज—जगह हिन्दू-समाज—दुर्दशा के दल २  
 में पंता हुआ है। इस देश में अपने देशों की टोकर से घराबो  
 कायापमान करने वाले और उत्पन्न हुए, इस देश में अपने  
 राष्ट्रीय के प्रताप से हिन्दू के आत्मन को दिला देने वाले  
 शक्तिशाली व्यक्ति हुए, इस देश में अपने विचारों के प्रसार से  
 संसार को दृष्ट करके आते आते हुए, इसी देश में मरा-

वीर हुए, धुध हुए, शङ्कराचार्य हुए, गुरु शिवाजी हुए, राणप्रताप हुए और आज हमें भी गांधी जी के समान दिव्य नेता यहाँ फ़िर भी हमारी मन चाही मुराद पूरी नहीं का गल ग्रह गले से दूर नहीं होता। धीरों का सतीत्व, और दार्शनिकों के गम्भीर चिन्म को दूर करने में समर्थ न हुए। धर्म का दि से टकरा कर वापस फ़िर गया, पर उसे दु दुर्दशा दिन २ बढ़ती ही गई और आज तो भीष्म और द्रोण की सन्तान हिन्दू जाति और सन्तानों की रक्षा करने में भी असमर्थ है।

इसका मूल कारण क्या है? इसका जवाब दे दे २ मनस्वी नेताओं ने दिया है और एक है। वह शब्द है "सङ्गठन का अभाव"। जिस का सङ्गठन कमजोर हो गया—जिस दिन से जातियों में कण २ के होकर बिखर गये उसी पतन का इतिहास प्रारम्भ है। बने के साथ हैं बिखरे हुएका साथी खुदा भी नहीं रहता। कुल सत्य है। इसको सत्यता हमारे इतिहास आती है। नहीं तो भला तैतीस करोड़ देवता भी हिन्दुओं की यह दशा क्यों होती !

मनस्वी विद्वान कहते हैं कि यदि इस दुर्द हो तो सारे हिन्दू समाज को सङ्गठन के एक यदि यह कार्य शान्ति से सम्पन्न न होतो क्रान्ति सम्पन्न करो। इसमें आने वालो जो बाधाएँ हों कर दो। सब से पहली और बड़ी बाधा इस स

स बिगड़े हुएसमय उपस्थित हैं मगर होती, कारण कष्ट का धीरत्व, सतियों गर भी इस दुर्दशा व्य तेज इस दुर्दशा र न कर सका। यह हालत है कि आज अपनी लियों है !

अ आज कल के ही शब्द में दिया दिन से हम लोगों म लोग अलग २ दिन से हमारे सब कोई रहते यह कहावत बिल में स्पष्ट मज़र ओ के रहते हुए

शा को सुधारना वृत्त में बाँध दो। के द्वारा इसको इन सब को दूर ङ्गठन में—

## सुआहूत का प्रश्न

है। हमारे पूर्वजों ने पवित्रता के उच्च सिद्धान्त को सामने रखकर आचार धर्म की मर्यादा समाज में स्थापित की थी। नाकि लोग प्राकृतिक सौन्दर्य का आनन्द लेना सीखें और हर्य को शुद्ध सद्गुणों के द्वारा करें। वे Cleanliness is godliness के सुन्दर सिद्धान्त को मानते थे। उनका विश्वास था कि आचार की शुद्धता ईश्वर के पास पहुँचती है।

पर और २ नियमों की तरह यह नियम भी समाज के स्वार्थी लोगों को रुपा से छट होकर सुआहूत के रूप में परिणत हो गया। नहीं तो भला “उदार चरितार्थांतु पसुषेय कुटुम्बकम्” के जनक महर्षि इस संकोचता मय नियम को कैसे जन्म दे सकते थे।

धीरे २ मुसलमानों काल में तो इस नियम ने और भी भयङ्कर रूप धारण किया। इसी नियम ने लाखों ऐसी विलकृत आत्माओं को बेचल इन अपराध पर कि उनको युद्ध में पकड़ कर-मुसलमानों ने जबरदस्ती मुसलमान बना लिया था—विधर्मियों के हाथ गीप दिया। इन लोगों में कई बड़े २ बीर थे, कई देश भक्त थे इन सबों को हिन्दू जानि ने, इसी नियम के कारण हमेशा के लिए अपना पुरमन बना लिया। इसी नियम के कारण विधर्मियों ने संकड़ों मल्लोमनों के हाथ हिन्दू बच्चों को दधिया लिया। परिणाम यह हुआ कि सुन्दर सरल सिद्धान्तों द्वारा संगठित हिन्दू समाज धीरे २ अपने ही बड़े बन्धनों के द्वारा कुचकें २ हो गया। उसमें हजारों जानिवाँ और उपजानिवाँ पैदा हो गए। सत्ताजुनूनि को भावनाएं बट होकर भेद-भाव की भावनाएं उत्पन्न हो गईं।

गोविन्दसिंह हुए,

वीर हुए, धुद्ध हुए, शङ्कराचार्य हुए, गुरु ३ बिगड़े हुए समय  
 शिवाजी हुए, राणप्रताप हुए और आज उपस्थित हैं मगर  
 मैं भी गांधी जी के समान दिव्य नेता यहाँ होती, कारण कुछ  
 फिर भी हमारी मन चाही मुराद पूरी नहीं है वीरत्व, सतियों  
 का गल ग्रह गले से दूर नहीं होता। वीरों वार भी इस दुर्दशा  
 का सतीत्व, और दार्शनिकों के गम्भीर विचार तेज इस दुर्दशा  
 को दूर करने में समर्थ न हुए। धर्म का दिर न कर सका।  
 से टकरा कर वापस फिर गया, पर उसे दूर यह हालत है कि  
 दुर्दशा दिन २ बढ़ती ही गई और आज तो ज अपनी लियों  
 भीष्म और द्रोण की संतान हिन्दू जाति अहै !

और संतानों की रक्षा करने में भी असमर्थ है आज कल के  
 इसका मूल कारण क्या है ? इसका जवाबी शब्द मैं दिया  
 थड़े २ मनस्थी नेताओं ने दिया है और एक स्त्रेन से हम लोगों  
 है। वह शब्द है "सङ्गठन का अभाव"। जिस में लोग अलग २  
 का सङ्गठन कमजोर हो गया—जिस दिन से ६ दिन से हमारे  
 जातियों में कण २ के होकर बिखर गये उसी सय कोई रहते  
 पतन का इतिहास प्रारम्भ है। घने के साथी इकहायत विल-  
 हैं बिखरे हुए का साथी खुदा भी नहीं रहता। यमें स्पष्ट नज़र  
 कुल सत्य है। इसकी सत्यता हमारे इतिहास में के रहते हुए  
 आती है। नहीं तो भला तैंतीस करोड़ देवता  
 भी हिन्दुओं की यह दशा क्यों होती ! ॥ को सुधारना

मनस्थी विद्वान कहते हैं कि यदि इस दुर्दश्य में बाँध दो।  
 हों तो सारे हिन्दू समाज को सङ्गठन के एक सूत्रे द्वारा इसको  
 यदि यह कार्य शान्ति से सम्पन्न होतो शान्ति ल सय को दूर  
 सम्पन्न करो। इसमें आने वाली जो बाधाएँ हों उनमें—  
 कर दो। सय से पहली और यड़ी सय

## हुआदूत का प्रश्न

१। हमारे पूर्वजों ने पवित्रता के उच्च सिद्धान्त को सामने रखकर आचार धर्म की मर्यादा समाज में स्थापित की थी। ग्रीक लोग प्राकृतिक सौन्दर्य का आनन्द लेना सीखें और हृदय की शुद्धि सद्गुणों के द्वारा करें। वे Cleanliness is godliness के सुन्दर सिद्धान्त को मानते थे। उनका विश्वास था कि आचार की शुद्धता ईश्वर के पास पहुँचती है।

पर और १ नियमों की तरह यह नियम भी समाज के स्वार्थी लोगों को रुपा से भ्रष्ट होकर हुआदूत के रूप में परिणत हो गया। नहीं तो भला "उदार चरिताणां तु पशुधेय कुटुम्बकम्" के जनक महर्षि इस संकीर्णता भय नियम को कैसे जन्म दे सकते थे।

धीरे २ मुसलमानों काल में तो इस नियम ने और भी भयङ्कर रूप धारण किया। इसी नियम ने लाखों रोती बिलबूती आत्माओं को केवल इस अपराध पर कि उनको युद्ध में पकड़ कर—मुसलमानों ने अब्दुल्नी मुसलमान बना लिया था—विधर्मियों के हाथ सौंप दिया। इन लोगों में कई बड़े २ धीर थे, कई देश भक्त थे इन सबों को हिन्दू जाति ने, इसी नियम के कारण हमेशा के लिए अपना दुश्मन बना लिया। इसी नियम के कारण विधर्मियों ने संकड़ों प्रलोभनों के द्वारा हिन्दू पत्न्यों को दधिया लिया। परिणाम यह हुआ कि सुन्दर सरल सिद्धान्तों द्वारा संगठित हिन्दू समाज धीरे २ अपने ही बड़े बन्धनों के द्वारा टुकड़े २ हो गया। उसमें हजारों जानियाँ और उपजानियाँ पैदा हो गईं। सहानुभूति की भावनाएँ भष्ट होकर भेद-भाव की भावनाएँ उत्पन्न हो गईं।



## हरकून मौला

वीर हुए, बुर्रु हुए, शङ्कराचार्य हुए, गुरु गो  
शिवाजी हुए, राणप्रताप हुए और आज इस ।  
में भी गांधी जी के समान दिव्य नेता यहाँ उ  
फिर भी हमारी मन चाही मुराद पूरी नहीं हो  
का गल ग्रह गले से दूर नहीं होता । धीरों का  
का सतीत्व, और दार्शनिकों के गम्भीर विचार  
को दूर करने में समर्थ न हुए । धर्म का दिव्य  
से टकरा कर घायल फिर गया, पर उसे दूर ।  
दुर्दशा दिन २ बढ़ती ही गई और आज तो या  
भीष्म और द्रोण की सन्तान हिन्दू जाति आज  
और सन्तानों की रक्षा करने में भी असमर्थ है ।

इसका मूल कारण क्या है ? इसका जबाब  
बड़े २ मनस्वी नेताओं ने दिया है और एक ही ।  
है । यह शब्द है "सङ्कठन का अभाव" । जिस दिन  
का सङ्कठन कमजोर हो गया—जिस दिन से हम  
जातियों में कण २ के होकर बिखर गये उसी दि  
पतन का इतिहास प्रारम्भ है । घने के साथी स  
हैं बिखरे हुए का साथी खुदा भी नहीं रहता । यह ।  
कुल सत्य है । इसको सत्यता हमारे इतिहास में  
आती है । नहीं तो मला तैतीस करोड़ देवताओं  
भी हिन्दुओं की यह दया क्यों होती !

मनस्वी विद्वान कहते हैं कि यदि इस दुर्दशा  
हो तो सारे हिन्दू समाज को सङ्कठन के एक सूत्र  
यदि यह कार्य शान्ति से सम्पन्न न होतो क्रान्ति के  
सम्पन्न करो। इसमें आने वाली जो बाधाएँ हों उन  
कर दो । सब से पहली और बड़ी बाधा इस सङ्कठ

## सुआहृत का प्रश्न

है। हमारे पूर्वजों ने पवित्रता के उच्च सिद्धान्त को सामने रखकर आचार धर्म की मर्यादा समाज में स्थापित की थी। ताकि लोग प्राहमिक सौन्दर्य का आनन्द लेना सीखें और हृदय की शुद्धि स्त्रियों के द्वारा करें। ये Cleanliness is next to Godness के सुन्दर सिद्धान्त को मानते थे। उनका विश्वास था कि आचार की शुद्धता ईश्वर के पास पहुँचती है।

पर और २ नियमों की तरह यह नियम भी समाज के स्थायी लोगों की कृपा से भ्रष्ट होकर सुआहृत के रूप में परिणत हो गया। नहीं तो भला "उदार परिमाणानु पशुधेय कुटुम्बकम्" के जनक महर्षि इस संबंधी अंग मय नियम को कैसे जन्म दे सकते थे।

धीरे २ मुसलमानी काल में तो इस नियम में और भी भयङ्कर रूप धारण किया। इसी नियम में लाखों सैनी विलजनों आत्मघातों को बँवला इस कारण पर कि उनको पुरुष में पचाड़ बर-मुसलमानों में अबदेनी मुसलमान बना लिया था—विधर्मियों के हाथ गाँव दिया। इन लोगों में कई बड़े २ और थे, कई देश भक्त थे इन सबों को हिन्दू जानि ले, इसी नियम के कारण हमेशा के लिए अपना दुश्मन बना लिया। इसी नियम के कारण विधर्मियों ने सैकड़ों अन्ध-धर्मियों के द्वारा हिन्दू दण्डों को दण्डित किया। परिणाम यह हुआ कि सुन्दर सात निशानों द्वारा संततिन हिन्दू समाज धरे २ बदले हो गईं बदलने के द्वारा दुबड़े २ हो गया। उससे हमने अनिष्ट की उपहास देता हो गई। आहृत की भवनाएँ यह होकर भेद भाव की भवनाएँ उत्पन्न हो गई।

चोर हुए, धुंध हुए, शङ्कराचार्य हुए, गुरु गोविन्दसिंह हुए, शिवाजी हुए, राणप्रताप हुए और आज इस बिगड़े हुएसमय में भी गांधी जी के समान दिव्य नेता यहाँ उपस्थित हैं मगर फिर भी हमारी मन चाही मुराद पूरी नहीं होती, कारण कष्ट का गल ग्रह गले से दूर नहीं होता। वीरों का वीरत्व, सतियों का सतीत्व, और दार्शनिकों के गम्भीर विचार भी इस दुर्दशा को दूर करने में समर्थ न हुए। धर्म का दिव्य तेज इस दुर्दशा से टकरा कर वापस फिर गया, पर उसे दूर न कर सका। दुर्दशा दिन २ बढ़ती ही गई और आज तो यह हालत है कि भीष्म और द्रोण की सन्तान हिन्दू जाति आज अपनी लियों और सन्तानों की रक्षा करने में भी असमर्थ है !

इसका मूल कारण क्या है ? इसका जवाब आज कल के बड़े २ मनस्वी नेताओं ने दिया है और एक ही शब्द में दिया है। वह शब्द है "सङ्गठन का अभाव"। जिस दिन से हम लोगों का सङ्गठन कमजोर हो गया—जिस दिन से हम लोग अलग २ जातियों में बण २ के होकर बिखर गये उसी दिन से हमारे पतन का इतिहास प्रारम्भ है। बने के साथी सब कोई रहते हैं बिखरे हुए का साथी खुदा भी नहीं रहता। यह कहावत विल-फुल सत्य है। इसको सत्यता हमारे इतिहास में स्पष्ट नज़र आती है। नहीं तो भला तैतीस करोड़ देशताओं के रहने हुए भी हिन्दुओं की यह दशा क्यों होती !

मनस्वी विद्वान कहते हैं कि यदि इस दुर्दशा को सुधारना हो तो सारे हिन्दू समाज को सङ्गठन के एक राष्ट्र में बाँध दो। यदि यह कार्य शान्ति से सम्पन्न न दोतो शान्ति के द्वारा इसको सम्पन्न करो। इसमें आने वाली जो बाधाएँ हों उन सब को दूर कर दो। सब से पहला और बड़ा बाधा इस सङ्गठन में—

## छुआछूत का प्रश्न

है। हमारे पूर्वजों ने पवित्रता के उच्च सिद्धान्त को सामने रखकर आचार धर्म को मर्यादा समाज में स्थापित की थी। ताकि लोग प्राकृतिक सौन्दर्य का आनन्द लेना सीखें और हृदय की शुद्धि सद्गुणों के द्वारा करें। वे Cleanliness is godliness के सुन्दर सिद्धान्त को मानते थे। उनका विश्वास था कि आचार की शुद्धता ईश्वर के पास पहुँचती है।

पर और २ नियमों की तरह यह नियम भी समाज के स्वार्थी लोगों को छुपा से भ्रष्ट होकर छुआछूत के रूप में परिणत हो गया। वहीं तो भला "उदार चरितार्णतु पसुधैष कुटुम्बकम्" के जनक महर्षि इस संकीर्णता भय नियम को कैसे जन्म दे सकते थे।

धीरे २ मुसलमानों काल में तो इस नियम ने और भी भयङ्कर रूप धारण किया। इसी नियम ने लाखों रानी पिलखती आत्माओं को कंपल इस अपराध पर कि: उनको युद्ध में पकड़ कर-मुसलमानों ने जबरदस्ती मुसलमान बना लिया था—विधर्मियों के हाथ सौंप दिया। इन लोगों में कई बड़े २ धीर थे, कई देश भक्त थे इन सबों को हिन्दू जानि ने, इसी नियम के कारण हमेशा के लिए अपना शूरमन बना लिया। इसी नियम के कारण विधर्मियों ने गैर-हिन्दू मसोमनों के द्वारा हिन्दू बच्चों को दूधिया लिया। परिणाम यह हुआ कि सुन्दर सरल सिद्धान्तों द्वारा संगठित हिन्दू समाज धीरे २ अपने ही बड़े स्वार्थियों के द्वारा टुकड़े २ हो गया। उसमें हजारों जानियाँ और उपजानियाँ पैदा हो गईं। सरानुभूति को भावनाएं नष्ट होकर भेद-भाव की भावनाएँ उत्पन्न हो गईं।

करते हैं। इसको

आचार की शुद्धता को सब लोग स्वीकारें हो सकती कि भी स्वीकार करने में किसीको आपत्ति नहं वाले व्यक्ति के किसी गन्दे, गलीच और खराब संस्कारों/कारों की उत्पत्ति हाथ का अन्न जल ग्रहण करने से खराब संराह शुद्धता और होती है। पर इसका यह अर्थ नहीं कि २ जाय। ब्राह्मण अशुद्धता की कसौटी जन्म पर निर्भर रखी और दुःसंस्कारों वंश में जन्म लेकर भी एक व्यक्ति दुराचारी न लेकर भी एक से युक्त हो सकता है और अछूत वंश में जन्म हो सकता है, व्यक्ति सदाचारी और सद्संस्कारों से युक्त का अन्न जल फिर क्या कारण है कि ऐसे ब्राह्मण के हाथझूने में भी पाप तो ग्रहण कर लिया गया और ऐसे शूद्र को तमान हो जाय समझा जाय और फिर यदि यही शूद्र मुसा रहे। यह एक तो फिर उसको पास बैठाने में कोई आपत्ति नतष्क को मान्य ऐसा नियम है जो किसी भी विचार शील मरि नहीं हो सकती। न किया जाय

यदि किसी के हाथ का अन्न जल ग्रहण। दूखरे ब्राह्मण तभी कोई विशेष हानि नहीं। एक ब्राह्मण भीण है हम उन के हाथ का अन्न नहीं खाता है पर यह क्या कायेत से तो हमें लोगों को स्पर्श भी न करें, उन्हें हम आँखों से। हमें प्रायश्चित्त पाप लगे, उनकी परछाही हम पर पड़ जाय तो मयंकर है कि करना पड़े छ। हम लोगों के ये अपराध ऐसे पापों के फल जिन्हें प्रकृति कभी क्षमा नहीं कर सकती। इन्हें न तक इनको आज हम भुगत रहे हैं और तब तक भुगतेंगे आ दूर कर इनका प्रायश्चित्त न कर दालेंगे। पर उपाय

\* मशम में बड़े जानिये ऐसी है जिनको देग लेने मात्र की प्रायश्चित्त करना पड़ता है।

## जाति पांति का किला

श्यामी लखदेव लिखते हैं कि "फ्रान्स की राज्यक्रान्ति के इतिहास में "धैस्टिल" का नाम अमर हो गया है। उसी दिने में राज्य के अत्याचारों से पीड़ित कौड़ी खड़ा करते थे। जिस समय फ्रान्स की प्रजा अत्याचार का बदला लेने के लिये खड़ी हुई उस समय सब से पहले उसने उस किले की रैट से रैट बजा दी। हिन्दू समाज में ऐसा ही धैस्टिल जानिपानि का किला मौजूद है। जिसमें लाखों कौड़ी समाज के अत्याचारों से पीड़ित दादाकाद कागने हुए मर गये और आज भी हजारों कुल की आँखें लीकने हुए अपनी भार वक्रव जिंदगी को बयट रहे हैं।"

एक अंग्रेज लेखक ने लिखा है कि जो समाज अद्वारद हजार जातियों में बंटा हुआ है, और जिस जातियों में पारस्परिक वद्वानुभूति भी नहीं है वह समाज किस प्रकार अपना निजी शासन कर सकेगा है।

बारनब में देखा जाय तो इस जाति पांति को प्रया से देखा जा पतन करने में बहुत अधिक सहायता दी है। बिना उच्च संदेय की सब सलीभमधर्म को शक्ति दुरे दो पर सदा ही और लोचन कादमियों के हाथ में पड़कर उसको बिना को बदल देती है।

आज की भी वीरों प्रका के आह्वान, लड़कों में लड़कों प्रका के लड़के, लड़कों में वीरों प्रका के लड़के हो रहे हैं देखाई लड़ों का तो करना ही क्या ? इस प्रकार सारा हिन्दू समाज इस सदा ही जल धन के लड़कों में बट गया है। एक एक लोनी लोनी विचारों ने करके करके कलक विचार बना लिये हैं। सब कलक करके निकल निकल करके रहे हैं।

इसका भयंकर परिणाम यह हुआ कि कई छोटी छोटी जातियों में योग्य कन्या को योग्य वर का और योग्य वर को योग्य कन्या का मिलना कठिन हो गया। जिसके परिणाम स्वरूप हर एक जाति में तरकारी भाजी की तरह वर कन्याओं का थिकना शुरू हो गया। एक ओर तो दस दस ग्यारह २ वर्ष की लड़कियाँ साठ २ वर्ष के बुढ़ों के साथ और दूसरी ओर बारह बारह वर्ष की लड़कियाँ दस दस वर्ष के बच्चों के साथ व्याही जाने लगीं। इस अनमेल विवाह प्रथा के कारण समाज में हजारों बाल विधवाओं का दारुण और मर्मभेदी क्रन्दन धायुमण्डल में छा रहा है। व्यभिचार का बाजार गर्म हो रहा है, भ्रूण हत्याएँ हो रही हैं और समाज में कमजोर सन्तानें बढ़ रही हैं।

यह सब दारुण दृश्य उसी हालत में दूर हो सकता है जब इस जातिपाँति के सारे किले को नष्ट भष्ट कर केवल चार घणों का अस्तित्व रहने दिया जाय। ब्राह्मण ब्राह्मण सब एक समझे जायें, इसी प्रकार सब क्षत्रिय, सब वैश्य और सब शूद्र अपनी एक एक जाति स्थापित करलें, प्रत्येक वर्ण में आपस में रोटी बेटी का का व्यवहार जारी हो जाय। तभी कुछ वास्तविक सुधार हो सकता है।

### विधवाओं का प्रश्न

हम ऊपर लिख आये हैं कि जाति पाँति के कारण समाज में हजारों विधवा अनमेल होते हैं। जिसके फल स्वरूप समाज में हजारों विधवाएँ दृष्टिगोचर होती हैं, व्यभिचार और भ्रूण-हत्या का बाजार गर्म हो रहा है। इस कारण जनक व्यापार को धनद किये बिना सच्चा हिन्दू-संगठन घटित नहीं हो सकता, पर इसका उपाय क्या किया जाय ?

यह सत्य है कि सतीत्यधर्म को हम लोग अनादि काल से महत्त्व देते आ रहे हैं, हमारे आचार में और हमारे साहित्य सतीत्य धर्म की बहुत महिमा गायी गई है। यही कारण है हमारे हिन्दू समाज में जब एक पति के मर जाने पर स्त्री दूसरे विवाह का नाम लिया जाता है, तब सच्चे सनातन-मी हिन्दुओं के हृदय में बड़ा गम्भीर धक्का लगता है। ऐसे युवक और आदर्शवादी लोगों के विचारों की कोई निन्दा नहीं कर सकता। पर इसके साथ ही आधुनिक परिस्थिति ने भी कोई उपेक्षा नहीं कर सकता। हम पूछते हैं कि क्या विधवा-विवाह का प्रचार न होने पर स्त्रियों के सतीत्यधर्म की रक्षा हो रही है? उत्तर में सिधाय नहीं के और कहा ही क्या जा सकता है। ऐसी स्थिति में जब सतीत्यधर्म की ऐसे भी रक्षा नहीं हो सकती, तब क्यों न विधवा-विवाह को सामाजिक रूप देकर गुप्त व्यवहार और भ्रूण हत्याएं मिटा दी जायें।

अवश्य विधवा-विवाह हमारे उच्च आदर्श से पतन है। पर जो भयङ्कर पतन अभी हो रहा है उससे अधिक यह पतन नहीं है।

विधवाओं की स्थिति पर जरा विचार कीजिए। बाल्य-जीवन से ही वे कितने भ्रष्ट संस्कारों में पाली जाती हैं। आठ दस वर्ष की होते न होते उन्हें अपने कुटुम्ब से भ्रष्ट रसिकता की सब शिक्षाएं मिल जाती हैं। वे इस विद्या में पारंगत हो जाती हैं और उसी समय किसी दस बारह बरस के बालक के साथ उनका विवाह कर दिया जाता है। इसी समय से कुसंस्कारों में परिपालित होने के कारण इनका व्यवहार्य नष्ट है। असमय में बीर्य नाश होने से इनका स्वास्थ्य



नष्ट हो जाता है और कई रमणियों के बाल पति क्षीण होते २ कुछ समय बाद इस असार संसार को छोड़ कर चल बसते हैं। उन बेचारियों पर संसार का सब से बड़ा ग़ज़ब टूट पड़ता है !

इन भाग्य की मारी बाल-विधवाओं को देख कर उनके सब कुटुम्बी घृणा से मुँह फेरने लगते हैं। स्त्रियाँ उन्हें पति को खाने वाले डाइन कह कर ताने मारती हैं। उन बालिकाओं के सामने उनकी भौजाइय, उनकी देवरानियें और जिठानियें अनेक रसिकता को कोड़ाएँ करती हैं। ये इन सब बातों को मन मसोस कर सहन करती हैं। ईधर मुहल्ले और ग्राम के नवयुवक उन बेचारियों को अलग भ्रष्ट करने का प्रयत्न करते हैं। घर वाले ताने मारते हैं। मुहल्ले वाले प्रलोभन देते हैं ऐसी भयङ्कर स्थिति में यदि मनुष्य हृदय विचलित हो जाय तो क्या आश्चर्य !

यस इसी प्रकार व्यवहार बढ़ता है; भ्रूण हत्याएँ होती हैं। और गर्भ न गिरने पर कई रमणियों को विधर्मी बनना पड़ता है !

विधवा-विवाह इन्हीं सब अस्वाभाविक प्रथाओं का स्वाभाविक परिणाम है। जिसे हमें स्वीकार करना ही होगा। हमारी स्वीकृति न होने पर यह कुदरत की प्रेरणा से अपना मार्ग स्वयं बना लेगा।

विधवा-विवाह उसी हालत में असम्भव हो सकता है जब इन सब परिस्थितियों का संशोधन किया जाय। पुरुष भी स्त्रियों के पातिव्रत्य की तरह एक पत्नीव्रत को ग्रहण करें।

### क्षत्र-धर्म

मानवी इतिहास का अध्ययन करने पर यह बात भली प्रकार मालूम होती है कि क्षत्र-धर्म पृथ्वी के साथ जागृत

खने वाली जाति सदा स्वतन्त्र और स्वाधीन रही है। हमारे प्राचीन आर्य लोग इस सत्य सिद्धान्त को महत्ता गृह्य अङ्गी तरह जानते थे। इसलिए वे अपनी सन्तानों को शस्त्र और शस्त्र दोनों की शिक्षा देते थे।

पर आज हम लोग क्षात्र धर्म को भूल गये हैं। धन और मान के फेर में पड़ कर आज हम अपने भुजायों के बल को बिलकुल छो देते हैं। आज हमारे समाज में लाठी चलाना, और कसरत करना गुण्डापन समझा जाता है। इसका परिणाम यह हुआ है कि आज हम अपनी रक्षा करने में बिलकुल असमर्थ हो गये हैं। आज पचास मुसलमान दो सौ हिन्दुओं को भगा देते हैं, इसका कारण क्या है? इसका कारण यही है कि हम लोग आज क्षात्र धर्म के महत्त्व को भूल गये हैं। इस बात को अधिक अर्सा नहीं हुआ है। महाराणा प्रताप के समय में हमारे में सत्य धर्म नष्ट हो जाने पर भी क्षात्र धर्म मौजूद था, यद्यपि हमारी कलह प्रियता के कारण मुसलमान हम पर शासन करते थे तथापि हमारे लोह से ये हमेशा भयभीत रहने थे। इस क्षात्र धर्म का महत्त्व हम अभी कुछ समय पूर्व ही, अंग्रेजी राज्य का प्रारम्भ होने पर, भूलें हैं। अब भी हमें समझ जाना चाहिए, समय २ पर घटित होने वाले बर्तों और घटनाओं से भी हमने शिक्षा न ली तो फिर हमारे परापर मूर्ख और कौन होगा?

श्यामी सत्यदेव जी ने क्षात्रधर्म के प्रचार के लिए नीचे लिखी स्कीम बनाई है। इस पर ध्यान देना अन्येक भारतीय का कर्तव्य है:—

(१) नगर के प्रत्येक मुहल्ले में श्यामाम शालारं स्थापित की और ग्रहण में एक बार सारे नगर की टूर्नामेण्ट (दृष्टम) हो।

उस दङ्गल में शहर के सब अखाड़ों के प्रतिनिधि सम्मिलित हों। राष्ट्रीय त्यौहारों के अवसर पर दङ्गल जीतने वालों को पुरस्कार दिया जाय।

(२) राष्ट्रीय त्यौहारों पर खास करके जिले भर के दङ्गल हों। जनता में उत्साह बढ़ाने के लिए स्थानीय मन्त्रि के अनुसार खेल खेले जायें।

(३) शारीरिक व्यायाम के नये विदेशी ढङ्ग, जैसे मुम्बे बाजी, जुजुत्सु आदि का प्रचार भी जनता में किया जाय। ताकि बल शाली सभ्य जातियों से हम पीछे न रहें।

(४) फौजी कवायद सीखे हुए अनुभवी सिपाहियों का शिक्षक रखकर इक्कीस वर्ष से लेकर पचास वर्ष तक के हिन्दू को कवायद सिखाने का प्रबन्ध किया जाय ये लोग हम वान का व्रत करें कि हिन्दू ज़ियों पर अत्याचार करने वाले र्णों का यथोचित दण्ड देंगे।

(५) प्रान्त भर के हिन्दुओं का दङ्गल विजयानगरी के अवसर पर होना उचित है। उसमें प्रान्त के हिन्दू लाकर उपस्थित होकर जनता को उत्साहित करें।

(६) अखिल भारतवर्षीय राष्ट्रीय महासभा जहाँ पर जहाँ सारे देश के हिन्दू खिलाड़ियों का दङ्गल होना चाहिए और उसी अवसर पर क्षात्र धर्म की महत्ता जनता को बतलाना चाहिए।

यह दिन तो भारत के लिए और भी अच्छा होगा। उस दिन यहाँ के पुरुष ही नहीं प्रत्युत स्त्रियाँ भी शस्त्राग्राह्य (धुरा आदि चलाने में) निपुण होकर अपने पर लोभान्ध करने वाले जालिमों को हाथों हाथ उनका बदला लाने का कटिबद्ध हो जायेंगी!

# आठवां अध्याय

## आजकल के नये आविष्कार

**धुआं उगलने वाले पिस्तौल**—इस पिस्तौल से चोर पकड़ा जा सकता है। यह पिस्तौल आग लगने पर उसको धुमाने के भी काम में आता है। इस पिस्तौल की नली में अंगारजन वाष्प (Carbon Dioxide) भरा रहता है। जब पिस्तौल छोड़ा जाता है तब उसके मुँह से एक प्रकारका धुआ निकलने लगता है। इस धुएँ से चोरों का दम घुटने लगता है। धीरे २ थोड़ी देर के पश्चात् धुआँ कम होकर उसमें से एक प्रकार का निकलता है। जिससे चोर सहज ही में पकड़ा जा सकता है। पिस्तौल छोड़ने से छोड़ने वाले पर किसी प्रकार की आपत्ति नहीं आती।

**सच बोलने वाली औषधि**—डा० डी० ई० होस ने एक ऐसी दवा का आविष्कार किया है जिसे मनुष्य को खिला देने से यह झूठी बात नहीं बोल सकता। हमेशा सत्य ही कहेगा। इस दवा का नाम Truth Serum है। जब इस दवा से किसी की परीक्षा करना होतो उस समय अपराधी को एक टेबल पर मुला दिया जाता है। इसके पश्चात् मुँह से औषधि का प्रयोग कराया जाता है। इसका परिणाम यह होता है कि थोड़ी ही देर के बाद अपराधी को गहरी नींद आने लगती है और उस समय वह सब बातें सच २ कह देता है। डाक्टर होस कहते हैं कि आपराधस्थ में जो दान दियी

उस दङ्गल में शहर के सब अखाड़ों के प्रतिनिधि सम्मिलित हों। राष्ट्रीय त्यौहारों के अवसर पर दङ्गल जीतने वालों को पुरस्कार दिया जाय।

(२) राष्ट्रीय त्यौहारों पर खास करके जिले भर के दङ्गल हों। जनता में उत्साह बढ़ाने के लिए स्थानीय रुचि के अनुसार खेल खेले जाँय।

(३) शारीरिक व्यायाम के नये विदेशी ढङ्ग, जैसे मुक्के बाजी, जूजुत्सु आदि का प्रचार भी जनता में किया जाय। ताकि बल शाली सभ्य जातियों से हम पीछे न रहें।

(४) फ़ौजी कवायद सीखे हुए अनुभवी सिपाहियों को शिक्षक रखकर इक्कीस वर्ष से लेकर पचास वर्ष तक के हिन्दुओं को कवायद सिखाने का प्रबन्ध किया जाय ये लोग इस बात का व्रत करें कि हिन्दू स्त्रियों पर अत्याचार करने वाले दुष्टों को यथोचित दण्ड देंगे।

(५) प्रान्त भर के हिन्दुओं का दङ्गल विजयादशमी के अवसर पर होना उचित है। उसमें प्रान्त के हिन्दू लीडर उपस्थित होकर जनता को उत्साहित करें।

(६) अखिल भारतवर्षीय राष्ट्रीय महासभा जहाँ पर हो वहाँ सारे देश के हिन्दू खिलाड़ियों का दङ्गल होना चाहिए। और उसी अवसर पर सात्र धर्म की महत्ता जनता को बतलाना चाहिए।

∴ यह दिन तो भारत के लिए और भी अच्छा होगा जिस दिन यहाँ के पुरुष ही नहीं प्रत्युत स्त्रियाँ भी शस्त्र विद्या में (बुरा आदि चलाने में) निपुण होकर अपने पर अन्याय करने वाले जालिमों को हाथों हाथ उनका बदला खाने को कटियद हो जायगी!

# आठवां अध्याय

## आजकल के नये आविष्कार

**धुआं उगलने वाले पिस्तौल**—इस पिस्तौल से चोर पकड़ा जा सकता है। यह पिस्तौल आग लगने पर उसको धुमाने के भी काममें आता है। इस पिस्तौल की नली में अंगारजन घाण्य (Carbon Dioxide) भरा रहता है। जब पिस्तौल छोड़ा जाता है तब उसके मुँह से एक प्रकारका धुआं निकलने लगता है। इस धुएँ से चोरों का दम घुटने लगता है। धीरे २ थोड़ी देर के पश्चात् धुआं कम होकर उसमें से एक प्रकाश निकलता है। जिससे चोर सहज ही में पकड़ा जा सकता है। पिस्तौल छोड़ने से छोड़नेवाले पर किसी प्रकार की आपत्ति नहीं आती।

**सच बोलने वाली भाँषधि**—डा० डी० ई० हीस ने एक ऐसी दवा का आविष्कार किया है जिसे मनुष्य को जिला देने से यह झूठी बात नहीं बोल सकता। हमेशा सत्य ही कहेगा। इस दवा का नाम Truth Serum है। जब इस दवा से किसी की परीक्षा करना होतो उस समय अपराधी को एक टेबल पर मुला दिया जाता है। इसके पश्चात् सुई से औषधि का प्रवेश कराया जाता है। इसका परिणाम यह होता है कि थोड़ी ही देर के बाद अपराधी को गहरी नींद आने लगती है और उस समय वह सब बातें सच २ कह देता है। डाक्टर हीस कहते हैं कि आपराधरुद्धा में जो दण दिरी

रहती है उसे यह दवा घास्तविक हालत में प्रगट करवाती है। एक घात को छिपाकर दूसरी घात करने की जो शक्ति मनुष्य में रहती है। यह इस स्थिति में लोप हो जाती है। इसीलिये इस अवस्था में जो जवाब मिलते हैं वे सत्य मिलते हैं।

आगे चलकर वे फिर कहते हैं कि इस औपधि के खाने से मनुष्य की दूसरी इन्द्रियाँ अवसन्न हो जाती हैं पर ध्वणेंद्रिय का लोप नहीं होता है। इसीलिये बेहोशी की हालत में यह सब सुन लेता है और जवाब देते समय झूठी बात नहीं सोच सकता सब २ बातें बतला देता है।

रेडियो—हाल ही में यूरोप के अन्दर एक आविष्कार है। इस आविष्कार के यूरोप में बड़ी धूम मच गई है। कई अपने साथ रेडियो को रखकर घूमते हुए संसार की सुन रहे हैं, कोई घर में बैठे हुए हजारों कोस दूरी पर व्याख्यान को सुन रहे हैं, कोई नाटक शाला के गाने सुन रहे हैं कोई अपने पाठक से विद्याध्ययन कर रहे हैं। आदि २ अ कोई भी बात रेडियो से सुन सकते हैं। यहाँ तक की कल में यदि आलपीन भी गिरे तो उसके गिरने के शब्द को रेडि द्वारा आप कहीं भी सुदुरवर्ती स्थान पर सुन सकते हैं। जि जगह का शब्द सुनना हो वहाँ पर एक रेडियो मशीन र दीजिए और उसी मेल की एक मशीन आप अपने पा रलिये। इस वहाँ के शब्द उधर की मशीन में प्रवेश करेंगे औ वे सब आपको मशीन द्वारा बहिर्भूत होंगे।

विजली का साह—भारत वर्ष में साह देने की जो प्र प्रचलित है यह बड़ी हानि कारक है। इस प्रथा से साह देन चाले के नाक कान आदि स्थानों में धूल घुस जाती है। मकान में रखी हुई सब चीज़ों पर गर्दा ही गर्दा लग जाता है। इस

ग़रम की बिद्याओं को दूर करने के लिये बिजली के भाड़ का आविष्कार हुआ है। यह बिजली की सहायता से सब धूल को साफ़ करता है इसमें प्रति घंटा ३ किलोघेट बिजली खर्च होती है। इस भाड़ से भाड़ देने में फायदा यह है कि न तो धूल उड़ने लगे पाती है और न फर्श पर धूल का कण ही रहता है। इस भाड़ में एक पानी भर कर रखने का भी यत्न रहता है जिससे बल पड़ने पर फर्श धुल भी सकती है।

भोजन बनाने की मशीनें—अमेरिका में हर एक काम बिजली से होता है जैसे, गरम पानी करना, दूध गरम करना आदि। यहाँ आटा गूँघने, चालू उबालने, छिलके उतारने, घर्तन मलने, बरफ़ जमाने, आदि हर एक काम के लिये अलग अलग मशीनें हैं और उन्हीं से भोजन बनता है। इन मशीनों से काम भी बहुत शीघ्रता से होता है।

धूल भटक गाड़ी—न्यूयार्क (अमेरिका) में एक नई मोटर गाड़ी चली है साधारण जब मोटरगाड़ियाँ रास्ते में चलती हैं तब उनसे धूल उड़ती है पर इस मोटरगाड़ी से धूल बिलकुल नहीं उड़ती। यह गाड़ी उस गढ़े को अपने भीतर भर लेती है धूल गाड़ी के भीतर रहकर जब बिशुद्ध हो जाती है तब पापस उसे छोड़ देती है। जिससे राहगीर लोगों को तकलीफ़ नहीं होती।

चलता हुआ रास्ता—यह आविष्कार अमेरिका में हुआ है। यहाँ के लोगों को चलने के लिये बट मर्दों उठाना पड़ता। उनके घर के पास ही से फूट पाथ जाता है। जानेवाले चार फूटपाथ रहने हैं। पड़ता पाथ नहीं चलता। दूसरा तीन मील की चाल से चलता है। तीसरा ६ मील प्रति घंटे की चाल से और चौथा ६ मील प्रति घंटे की चाल से चलता है। मान लीजिए यदि आप को वहीं जाना है तो पहले आप जो पाथ



## हरफन मौला

नहीं चलता उसपर खड़े हो जाइये फिर धीरे से तीन जाने वाले पाथपर चले जाइये। यदि आप को जल्दी हो तो आप छ मील की चाल से जानेवाले पर चले जाइये। यदि इससे भी तेज जाना हो तो आप ६ मील चले जाइये। वहाँ बैठने के लिये कुर्सी घेरकर धीरे से तीन इन फुट पाथों पर होकर जाने में किसी भी प्रकार का नुकसान नहीं होता और न टकर होने का ही डर होता है।

बोलनेवाला भत्तवार—यह तो आप जानते हैं कि लक्ष्मी अमूल्य है इसको बूथा न खोना चाहिये। अमेरिकी व्यापक बिलकुल नहीं छोते। यहाँ तक कि कई कठिन काम को आसान कर लेते हैं। हाल ही में वेसा यंत्र निकला है जिसे अखबार के पेज में देने से वह आपही आप शब्दों का उच्चारण करेगा। एक ही समय में उस बात को कई लोग सुन लेंगे।

जल धल की गाड़ी—इसका आविष्कार लड़ाई के लिए था क्योंकि यहाँ न मालूम किस समय न मालूम जगह जाना पड़े। इस गाड़ी में तोपें भी रहती हैं। यह छोटे पहाड़, जल, और जमीन पर आसानी से उतराई जायेगी। इसको यहाँ जाने में किसी प्रकार का नुकसान नहीं होगा।

हृषिकेश का यंत्र—हमारे देश भारतवर्ष में पर्वतों के न होने से परातले विगड़ जाती है। पर पर्वतों में देगा नहीं है। यदि यहाँ पानी न बरसे या कम तो ये उगे अपनी पर्वतों के अनुकूल बना लेते हैं। इस आविष्कार का नाम है पर्वत और पर्वतों का निर्माण किया है। यह आविष्कार दो वायुयानों की सहायता से किया गया है। एक वायुयान के नीचे अग्निकण धरती पर गिराया जाता है।



## उपन्यास

गोरा ( रवीन्द्रनाथ ) रागिणी ( वामन मल्हाराव जोशी )  
बलिदान ( धिक्कूर ह्यगो ) अहङ्कार ( अनाटोल फ्रान्स ) प्रेमा-  
भ्रम ( प्रेमचन्द ) रंगभूमि ( प्रेमचन्द ) आंख की किरकिरी  
( रवीन्द्र नाथ ) प्रतिभा ( अयिनाश चन्द्र ) अप्रपूर्णा का  
मन्दिर ( निरुपमा देवी ) शान्तिकुटीर ।

## नाटक

द्विजेन्द्र ग्रन्थावली । ( इसमें सय मिला कर चौदह नाटक  
हैं हिन्दी ग्रन्थ रत्नाकर बम्बई से प्रकाशित हुए हैं ) अज्ञाना  
( सुदर्शन ) महात्मा ईसा ( येचन शर्मा ) सम्राट् अशोक,  
सिद्धार्थ कुमार । ( महावीर ग्रन्थ प्रकाश मन्दिर )

## गल्पें

फूलों का शुष्क ( हिन्दी ग्रन्थ रत्नाकर ), पुष्पहार ( सुदर्शन )  
तीन रत्न ( महात्मा गांधी ) प्रेमप्रसून ( प्रेमचन्द ) प्रेम पूर्णिमा  
( प्रेमचन्द ) नयनिधि ( प्रेम चन्द )

ये सब ग्रन्थ किसी भी बड़ी पत्रगोष्ठी में मिल सकते हैं ।



# ग्यारहवां अध्याय

## काव्य वाटिका

### प्रार्थना

सुनते हैं आ रते हो, आजाओ नाथ आजाओ ।  
गोपाल बन के आओ, लीला नई दिखाओ,  
भक्तों को फिर रिक्ताओ, यस्तां मधुर बजाओ ॥  
धन करके हृण्य यादव, गीता का गान गाओ ।  
सोये हुए जो हम है, आकर हमें जगाओ ॥  
हो कर के राम आओ, धन्या औ बाण लेकर,  
जो पाप बढ़ रहा है, आकर उसे मिटाओ ।  
जो मुख धन के आओ, निर्वाण पद बताओ,  
अरहन्त बनो जो स्वामी, हिंसा हनन मिटाओ ।  
ईसा बनोगे जब तुम, शिक्षा समा की दोगे,  
या धन करके फिर मुहम्मद भारपना बताओ ।  
कल्पयूशस बनो तो दे दो शिक्षा पवित्रता की,  
जो जरथोस्ट्र बन के आओ, घीणा मधुर बजाओ ।  
धन करके व्यास भगवन्, चेक्षों का ज्ञान दे दो,  
विज्ञान, योग, दर्शन आकर हमें बताओ ।  
शंकर बनो जो स्वामी वेदान्त ही बता दो,  
या आचार्य रामानुज हो भक्ति विषय सिखाओ ।

कोई देख होके आओ, कोई येव घर के आओ  
 किसी नाम से कहाओ आओ नाथ आओ ।  
 यह राग है उपामक गव माँति से तुम्हारा  
 साहेजो रूप घर के आओ, जल्दी पधार आओ ॥

### गुजराती मार्यना

अरे ओ देख देवो ना मनुष्यो ना गुरुजी ओ ।  
 जहाँ ना धर्म ना स्थापक प्रभुजी भट पधारो ना ॥  
 तमारी राह प्रेमे थी यथा दर्शन प्रजा जोती ।  
 सुणाया शान्तिना पचनों गुरुजी भट पधारो ना ॥  
 यधेला कलेश कंकाशो शमायो छातना करया ।  
 यताया प्रेम ना मंत्रो गुरु जी भट पधारो ना ॥  
 जुदी जातो अने नातो गिणे बन्धु परस्पर ना ।  
 सुणाया ऐक्य ना मंत्रो गुरुजी भट पधारो ना ॥  
 बनी ने प्रेम नी मूर्ति यथा दर्शन सुशकिना ।  
 अमूलो घोष ये देया गुरु जी भट पधारो ना ॥

### विश्वबन्धुत्व

तू मेरा मैं तेरा प्रभुवर मैं तेरा तू मेरा ।  
 गली गली बहुतेरा हेरा मिला न तेरा डेरा ॥ तू मेरा १०॥  
 दीन दुखी कांधे पर कम्यल, मिला पड़ोसी मेरा ।  
 तेरा रूप उसी में पाया गया थो मन का फेरा ॥ तू मेरा १०॥  
 भाई कह कर गले लगाया, अधु बिन्दु इकगोरा ।  
 भाई मैं भगवान मिला है मिटा थो भ्रम का डेरा ॥ तू मेरा १०॥

.. + ..                      x                      +                      x

जगत के देव दुखी समुदाय ।  
 आशीर्वाद यही देते हैं शाप उन्हीं की हाय ।  
 जो परलोक बनाना चाहे, कर ले एक उपाय ॥  
 जप तप ध्यान योग के पहले दीनबन्धु बन जाय ।  
 रोगी दुखी अपाहिज कोढ़ी को निज करल लगाय ।  
 कर सेवा सध दुख हर लेवे, मीठे पचन सुनाय ॥  
 जगत के देव दुखी समुदाय ॥ "उम्र"



प्रेम की माला हो संसार,  
 सुमन समान सुमन शोभित हों वैध एकता तार ।  
 त्रिभुवन देख मुग्ध हो जाये, परिमल पावन प्यार ॥  
 कलह कुयाल कठिन का छन में, हो जाये संहार ।  
 मनमोहन दर्पित हों उसको करं करल का हार ॥  
 दर्शन ही से पतित हृदय का हो जाये उद्धार । प्रेम की०  
 "उम्र"

### राष्ट्रीय प्रार्थना ।

स्वाधीन—

स्वाधीन हमारी माता है—स्वाधीन । स्वा०

जब त्रिगुल बरपाल युक्तकर—

देख शत्रु का मद जाता मर ।

निज यय बर पराना—हर है यह विचट सिंह आसीन ॥

आसीन—

आसीन हमारी माता है—स्वार्धन ! स्वा०

उरबा विचट तलाट प्रमामय—

लल बर दुष्ट बहा खाते अप !

हिमि-गिति बज-मुकुट शोभित है त्रिसबा छनि आधीन ।

प्राचीन—

प्राचीन हमारी माता है—स्वाधीन ! स्वा०  
जलधि भ्रमर घुम्वित सरोज पद—  
सतत प्रकृति सेवति विह्वान मद् !  
जल निर्मलयुत-फलयुत कलयुत सय प्रकार दुःख हीन !

दुःख हीन—

दुःख हीन हमारी माता है—स्वाधीन ! स्वा०  
विद्या-भय, गुण-भय, नय-भय सुत—  
कर्मवीर निर्भय विधेक युत !  
जिसकी शुचि-सन्तान, श्रेष्ठ-संसार और तल्लीन ।

तल्लीन—

तल्लीन हमारी माता है स्वाधीन ! स्वा०

“उग्र”



रूप पाया है वहाँ से तो लुटा देना यहाँ ।  
प्रेम की पुण्य मयी धार बहा देना यहाँ,  
कण्ठ में स्वर जो चुरा लाये हो बीणा का भला ॥  
देख उत्कण्ठितों को हँस के सुना देना यहाँ,  
आँख में तुमने भरे दल जो हैं कमलों के यहाँ ।  
भौंरे से मित्र जो मिल जाय दिखा देना यहाँ ॥  
हम को मालूम है रखे हो सुधा होठों में,  
क्या करोगे उसे प्यासों को पिला देना यहाँ ।

“उग्र”

मधुप ! फिर काह करोगे धोलो ।  
 अपनी हृदय प्रस्थिको मेरे, सम्मुख हट तन खोलो ।  
 होकर मदोन्मत्त इस विधि से, व्यर्थ न धनमें डोलो ॥  
 अपनी मृदु गुजार सुना कर, श्रवण सुधा रस धोलो ।  
 'कविपुष्कर' मम म्याय धचन को, नीति तुलापर तोलो ॥



मधुप ! तुम हृदय कज में फंसे ।  
 नहीं छूट सकते इससे हो, गये यत्न से भ्रसे ।  
 अथ तो होम बहुत दिन-संचित, एक बार सब नसे ॥  
 गुप्त तुम्हें रखती हूं कोई, देख न हम पर हंसे ।  
 'कविपुष्कर' रस लेने के हित, रहो यहीं तुम यसे ॥



मधुप ! तुम एक बार उड़ जाओ ।  
 पुनः लौट मत आओ जब तक, प्रियका पता न पाओ ।  
 मेरी विनती मधुर गिरा से, उनको पहुँच सुनाओ ॥  
 मेरी दशा देख कर कुछ तो, दया हृदय में लाओ ।  
 'कविपुष्कर' तुम श्रम कुल हो, मेरी विपत्ति नसाओ ॥



मधुप ! मुझको चाहिये सन्देश ।  
 सब प्रकार मैं पाल रही हूं, प्रियतम का आदेश ।  
 पर दर्शन के बिना हो रहा, अब तो कटिन कलेश ॥  
 उनके मन को मोह रहा है, वह निर्जीव पिदेश ।  
 'कविपुष्कर' अब तुम्हीं सुनाओ, उनकी कथा विशेष ॥





मधुप ! हो दूत सुनीति-निधान ।

जो अविकल सय समाचार को, आ कर सके प्रदान ।  
सत्य प्रियता होना चाहिये, उसमें कार्य प्रधान ॥  
जो स्वार्थीवन कर मिथ्या का, तने न विविध धितान ।  
'कधि पुष्कर' जो मृदुभाषी हो, जिसका बचन प्रमान ॥



मधुप ! मैं उस थल पर जाऊँगी ।

रसिक राज के चरण रेणुका, बिन्ह जहाँ पाऊँगी ।  
बार बार कर ध्यान उसी का, सादर शिर गाऊँगी ।  
परिक्रमा कर पाँच बार मैं, उनके गुण गाऊँगी ॥  
'कधिपुष्कर' यस आस पास मैं, वहाँ कुटी छाऊँगी ॥



(कधिपुष्कर)





# महावीर ग्रन्थ-प्रकाश मन्दिर की पंचा भारतीय सभ्यता।

और

## उसका विश्वव्यापी प

[लेखक—श्री सुख सम्पात्तरायभण्डारी  
यदि आप, भारतवर्षके प्राचीन गौरव का दिव्यदर्शन।  
यदि आप, अपने प्राचीन पूर्वजों के अगाध ज्ञान  
लगाना चाहते हैं।

यदि आप, प्राचीन भारत के राजनीतिशास्त्र, समाज  
निर्माण-विद्या, ज्योतिषशास्त्र, लिपित  
आदि शास्त्रों का परिशीलन करना चाहते  
एक पोन्टकार्ट डाल कर हम पुछते।  
इसके पढ़ने से आप को ज्ञान होगा कि, इस प्रकाश  
में भारतीय सभ्यता ने चीन, जापान, अ  
रिका, जर्मनी, सुमात्रा आदि देशों में अपना  
था। लोहे की कलम से लिखी हुई या  
के सम्मुख वायम्बोप की तरह प्राची  
सुन्दर चित्र आकृत कर देगी।

भगवान् महावीर—भगवान् महावीर का मंत्र से।  
सुन्दर, मंत्र से प्रामाणिक दिव्यग्रन्थ, दि  
से प्रशंसित, ऐतिहासिक, मनोवैज्ञानिक,  
धार्मिक शास्त्रों से संयुक्त, संसार की स  
भारत, सुन्दर, मंत्र और सत्त्विक, दृष्ट

पता-महावीर ग्रन्थ-प्रकाश मन्दिर भानपुरा,



# महावीर ग्रन्थ-प्रकाश मन्दिर की पंचम प्रतिमा भारतीय सभ्यता

और

## उसका विश्वव्यापी प्रभाव

[ लेखक—श्री सुख सम्पत्तिरायभट्टगडारी ]

यदि आप, भारतवर्ष के प्राचीन गौरव का दिव्य दर्शन करना चाहते हैं।  
यदि आप, अपने प्राचीन पूर्वजों के अगाध ज्ञानसागर में गोते लगाना चाहते हैं।

यदि आप, प्राचीन भारत के राजनीतिशास्त्र, समाज शास्त्र, नगर-निर्माण-विद्या, ज्योतिषशास्त्र, विरचितत्व, साहित्य, आदि शास्त्रों का परिशीलन करना चाहते हैं जो आज ही एक पोंन्टकार्ट डाल कर इस पुस्तक को मँगवाइए।

इसके पढ़ने से आप को पता चलेगा कि प्राचीन काल में भारतीय सभ्यता ने चीन, जापान, कोरिया, अमेरिका, जावा, सुमात्रा आदि देशों में अपना डट्टा बजाया है यह पुष्पक अक्षर था। लोहे की कलम से लिखी हुई प्राचीन भारत का के सम्मुख वायस्कोप की तरह सुन्दर चित्र अंकित कर देगी।

मूल्य १।

भगवान् महावीर—भगवान् महावीर का सब से बड़ा, सब से सुन्दर, सब से प्रामाणिक दिव्यग्रन्थ, दिग्गज विद्वान् से प्रशंसित, ऐतिहासिक, मनोवैज्ञानिक, पौराणिक और दार्शनिक शब्दों से संयुक्त, संसार ही सब भाषाओं में अद्वैत, सुन्दर, सचित्र और सजिन्द, दृष्ट संख्या ५०० मूल्य ४॥)

पता—महावीर ग्रन्थ-प्रकाश मन्दिर भा. १ पुरा (H. S.)

